ભાદરવો ૨૦૧૪] પ્રથમ આવૃત્તિ [ઓક્ટો. ૧૯૫૮

૭ રૂપિયા

પ્રકાશક :
શંભુલાલ જગશીભાઈ શાહ · ગૂર્જર ગ્રંથરત્ન કાર્યાલય
ગાંધી રસ્તો : અમદાવાદ

મુદ્રક
ગોવિંદલાલ જગશીભાઈ શાહ : શારદા મુદ્રણાલય
પાનકોર નાકા · અમદાવાદ



વૈજ્ઞાનિક પુસ્તકોનાં નામો પાડવામાં ઘણી મૂંઝવણ થાય છે. આ પુસ્તકનું નામ પાડતાં પણ તેમ જ થયું હતું. પરંતુ શ્રી. શિવશંકર શુક્લે એ નામાભિધાન પાડીને છાપવું શરૂ કરી દીધું. બાકી આ નામ બરાબર છે ખરું? વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ બીજા કહે ત્યારે ખરું. 'વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ'નો દાવો લેખક પોતે કરે તે જરા અજુગતું લાગે છે. મારી દૃષ્ટિમાં વૈજ્ઞાનિકતા છે એમ શ્રી. શિવશંકરભાઈને, મારા તરફના પૂર્વગ્રહને લઈને, લાગ્યું અને આ નામ પડ્યું છે. એટલે હવે એની વૈજ્ઞાનિકતા સમાલોચકો અને વાંચકોથી જ પ્રમાણિત થવી જોઈએ અને ત્યારે જ મને સંતોષ થશે.

ગુજરાતી સાહિત્યનાં પુસ્તકોનાં નામો પાડવાં સહેલાં છે. કાવ્ય-સંગ્રહ હોય તો પારિજાત, પ્રફુલ્લ, અર્ધ્ય વગેરે નામો જલદી પાડી દેવાય ગદ્ય હોય તો 'ગાતા આસોપાલવ" કે "નાચતાં ઝરણાં" એવાં નામો તુરત પાડી દેવાય. આયુર્વેદ સંબંધી લેખોના આ સંગ્રહનું નામાભિધાન મુશ્કેલ લાગે છે. પુનર્વસુ, કાયચિકિત્સા, આવાં નામો જે વાચકો મારી દૃષ્ટિ સમક્ષ છે તેમને માટે નિરર્થક નીવડે.

આયુર્વેદ સંબંધી ભિન્ન ભિન્ન માસિકોમાં લખેલા મારા લેખો—છેલ્લાં ૧૫-૨૦ વર્ષના—નો આ સંગ્રહ છે. આમાં કંઈ નિશ્ચિત નિયમો

મે સ્વીકાર્યાં નથી લેખોનો સંગ્રહ કરેલો છે એટલુ જ કહેવુ બસ થશે. એ લેખો વાચકોને જ્યારે તે માસિકોમાં પ્રસિદ્ધ થયા હતા ત્યારે ખૂબ જ ગમી ગયેલા એટલુ હું જાણુ છુ મારા લેખો માટે ગૂજરાતનો મોટો ભાગ મારો પ્રશંસક છે એ હું જાણુ છુ એક વિદ્વાને મને કહેલુ બરાબર યાદ છે "બાપાલાલ જે કંઈ લખે છે તે ગુજરાત ધ્યાનપૂર્વક વાંચે છે તમારી પાસેથી ગુજરાત ખૂબ આશા રાખે છે—" આમ શ્લાઘા થઈ જાય છે લાચાર છુ

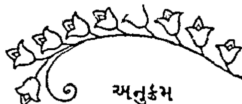
આ શ્લાઘાથી પ્રેરિત થઈને મારા લેખોના ૪–૫ સંગ્રહો ભિન્ન ભિન્ન નામથી પ્રસિદ્ધ કર્યા છે, અથવા થોડા સમયમા પ્રસિદ્ધ થશે. હમણા જ 'આયુર્વેદ વિહંગાવલોકન' પ્રસિદ્ધ થઈ ચૂક્યુ છે 'ખોરાકનાં તત્ત્વો' પ્રસિદ્ધ થઈ ચૂક્યુ છે બહુ સારો આવકાર આને મળ્યો છે અલ્પ સમયમા આ પુસ્તક બહાર પડે છે

ગુજરાતી વાચકો એનો કેવો ઉપાડ કરે છે એ જોવા માટે હું થોભીશ અને જો એનો સારો ઉપાડ થશે તો હજુ ઘણુ આપવાની મારી ઉમેદ છે તે પણ બર આવશે જ. ગુજરાત આજ સુધી મારા લખાણો પુસ્તકોરૂપે પ્રગટ કરવા માગણી કરતું તે માગ હવે પૂરી પડે છે ગુજરાતની રસિક જ્ઞાનભૂખી જનતા મને ઉત્સાહિત કરશે તો આ મારો પ્રયત્ન હુ સફળ માનીશ

આ પુસ્તકના લેખો માટે હુ કંઈ જ કહેવા ઇચ્છતો નથી લેખો પોતે જ બોલે એ ઇષ્ટ છે વિવિધ વિષયોની એમા છણાવટ થયેલી છે એક જ વિષય ઉપરના લેખો વાચતા કદાચ કંટાળો આવે એમ માનીને લેખોમા જેટલી વિવિધતા રાખી શકાય તે રાખી અનેક વિષયો ઉપરનો આ લેખસંગ્રહ ગૂંથ્યો છે આયુર્વેદની સંસ્કૃતિ ગુજરાતને ચરણે ધરી છે એનુ વાચન ગુજરાતને હૃષ્ટપુષ્ટ બનાવો એ જ અભિલાષા

સુરત
તા ૧૪–૯–૧૯૫૮ }

બાપાલાલ ગ. વૈદ્ય



અનુક્રમ

આયુર્વેદ અને વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ

વૈદ્યોની નાડી

મારા 'ઘરગથ્થુ વૈદક'ની પ્રસ્તાવનામાં મેં 'નાડીનું ધતિંગ' એ શીર્ષક મહામહોપાધ્યાય ગણનાથ સેન સરસ્વતી (હિંદુસ્તાનમાં એમની તોલે આવી શકે એવો કોઈ વૈદ્ય પંડિત હજી થયો નથી.) નો અભિપ્રાય ટાંકેલો છે. એ પછી આજ દિન સુધીમાં કોઈ વૈદ્ય એનો શાસ્ત્રીય ઉત્તર આપવા બહાર આવ્યો નથી.

નાડીપરીક્ષાની વાત વૃદ્ધત્રયીમાં નથી એ સુપ્રસિદ્ધ છે. પાછળના ગ્રન્થોમાં એ વિદ્યા ક્યાંથી આવી? એનો કોઈએ વિચાર કર્યો હજી સુધી મારી જાણમાં તો નથી જ. સ્વનામધન્ય રા. શ્રી. દુર્ગાશંકર કેવલરામ શાસ્ત્રી (ગૂજરાતમાં જે ગણ્યાગાંઠ્યા શાસ્ત્રીય અભ્યાસકો છે તેમાં અગ્રસ્થાને આવી શકે એવા પ્રતિભાશાળી એ વિદ્વાન હતા.) કહે છે કે "આયુર્વેદના પ્રાચીન ગ્રંથોમાં નાડીપરીક્ષાની વાત નથી. પણ દ્રવિડ વૈદકમાં નાડીજ્ઞાન સંબંધી ગ્રન્થો લખાયા હોવાનું મેં પહેલાં નોંધ્યું છે. દક્ષિણ ભારતમાં જ કદાચ નાડીવિદ્યાનો ઉદ્‌ભવ થયો હશે...શારંગધર સંહિતા પહેલાં થોડા વર્ષોથી જ આ વિદ્યાનો વિકાસ થયો છે, કારણ કે એ પહેલાંના ગ્રન્થોમાં એનો ઉલ્લેખ નથી"[1]

ડૉ. આશુતોષ રોયે તેમના "પલ્સ ઇન આયુર્વેદ" નામના ગ્રંથમાં, જેની પ્રસ્તાવના કેપ્ટન શ્રીનિવાસમૂર્તિ જેવા પ્રખર વિદ્વાને લખેલી છે, નાડીવિજ્ઞાન હિંદુઓએ ચીનાઓ પાસેથી લીધેલું છે એવું વિધાન કરેલું છે જે વિચારવા જેવું છે. **નાડી અને કીમિયો** બન્ને વિષયો હિંદુઓએ ચીનાઓ પાસેથી લીધા છે અને પોતાની પ્રખર પ્રતિભાથી એ બન્નેમાં તેઓ ચીનાઓને ક્યાંય ટપી ગયા હતા

---

૧. આયુર્વેદનો ઇતિહાસ પૃ. ૨૨૬

કોઈ પણ નવીન વિદ્યાને લેવામાં-પચાવીને લેવામા હિંદુઓ જેવી જીવતી બીજી કોઈ પ્રજા જોવામા નથી આવતી. જીવન્ત પ્રજાનું એ જ લક્ષણ છે. પ્રજાજીવનનો જ્યારથી હ્રાસ શરૂ થયો ત્યારથી આપણામા કૂપમંડૂકતા આવી છે નાડી ઉપર ઘણુ સાહિત્ય છે એ મારી જાણ બહાર નથી કણાદ મુનિનુ **નાડીવિજ્ઞાન**, રાવણકૃત **નાડીપરીક્ષા** આ બે પુસ્તકો સિવાય અર્વાચીન પુસ્તકો તો ઘણાયે બહાર પડયા છે ડો એકેન્દ્રનાથ ઘોષે "જર્નલ ઓફ આયુર્વેદ" ના ૧૯૨૪ના ઓકટોબરના તેમ જ ૧૯૨૬ના કેટલાક અંકોમા નાડીના પ્રકાશિત તથા હસ્તલિખિત પુસ્તકો ઉપરથી આ વિષયના આયુર્વેદિક સાહિત્ય ઉપર તથા નાડીવિદ્યા ઉપર એક સવિસ્તર લેખ લખ્યો છે જે જિજ્ઞાસુઓએ વાચવા જેવો છે

શારંગધર સંહિતામા નાડીવિજ્ઞાન સૌ પહેલું જોવા મળે છે. (પૂર્વખંડ અ-૩)

'करस्य अंगुष्टमूले या धमनी जीवसाक्षिणी।
तच्चेष्टया सुखं दुःखं ज्ञेयं कायस्य पण्डितैः॥

આ જીવસાક્ષિણી ધમની (જીવ છે કે નહિ તે જોવા માટે) એટલે અંગૂઠા પાસે જોનું સ્ફુરણ અંગુલિસ્પર્શથી આપણને થાય છે, એ બહિ-પ્રકોષ્ઠીયા ધમની (Radial artery). આ નાડી જોઇને સુખ અને દુઃખનું જ્ઞાન પંડિતોને થઈ શકે છે. નાડી જોઇને સકળ રોગો કહી બતાવવાનુ ધતિંગ આપણા જ દેશમાં નહિ પરંતુ યુરોપમાં પણ પ્રાચીન કાલમા નાડી જોઇને આદિથી અંત સુધીના તમામ રોગોનો સંપૂર્ણ ક્રમ જાણવાની પદ્ધતિ ચિકિત્સકોમા હતી એમ શ્રી. રણજિતરાય દેસાઈ એમના 'શરીર-ક્રિયા વિજ્ઞાન' નામના અભ્યાસપૂર્ણ ગ્રંથમા નીચેનુ અવતરણ ટાંકી આપણને બતાવે છેઃ

'Many of the indications obtained from the pulse do not depend upon a comprehension

of the circulatory conditions which the varieties of the pulse denote, or, indeed, upon a knowledge of the circulation at all. Observant physicians before the time of Harvey could gauge thoroughly the state of the patient in fever from the pulse."

(A system of clinical medicine by T. D. Savil. P. 105.)

આપણા દેશમા પણ નાડી જોઈને સકલ રોગ કહી આપનાર વીરલાઓ તો હશે જ. નહિતર એ સિવાય તો આનો આટલો રૂઢ પ્રચાર શેનો હોય? નાડી જોયા સિવાય, દરદીને જોઈને જ સકલ રોગો કહી બતાવનાર આજે પણ કેટલાક વૈદ્યો છે, નાડીની એક કલા છે એ વાતનો સ્વીકાર કરવામા વાંધો નથી જ

નાડીની ચમત્કારિક દંતકથા

આપણા દેશના વૈદ્યોમા નાડીજ્ઞાનનો પ્રચાર લગભગ ૭૦૦ વર્ષથી પ્રચલિત છે. વૈદ્ય તો નાડી જોઈને જ બધા રોગો પારખી શકે એવી માન્યતા લોકોમા બંધાઈ ગઈ છે—કદાચ વૈદ્યોએ જ એ બંધાવા દીધી છે એટલુ જ નહિ પણ બિલાડીને પગે દોરો બાંધ્યો હોય તો એ દોરો હાથમા પકડીને બિલાડીએ શુ ખાધુ છે એ કહી આપે એવા ચમત્કારની દંતકથાઓ પણ સમાજમાં ખૂબ જ પ્રચલિત છે સુરતમા ભરાયેલા ગુજરાત પ્રાંતીય વૈદ્યસંમેલનના સ્વાગતાધ્યક્ષે પણ આવી જ વાતનો ઉલ્લેખ એમના ભાષણમા કર્યો, જેનો જવાબ મે તેજ વખતે આયુર્વેદ વિજ્ઞાનના અંકમા આપેલ. તે જિજ્ઞાસુઓએ જોઈ લેવો.

નાડીની અતિશયોક્તિ સામે જ મારો વાંધો છે. એના * અભ્યાસથી કેટલાક રોગોનું અનુમાન જૂના વૈદ્યો કરી શક

એ શક્તિ કેળવી શકાય એમ પણ છે એટલું કબૂલ કરવામા મને જરાકેય વાધો નથી.

વૈદ્યોના ઉપહાસમાં વૃદ્ધિ થાય છે

વૈદ્ય એટલે એક એવું પ્રાણી કે જે નાડી જોઈને બધા જ રોગો પારખી શકે. વૈદ્યો આમા ભલે ગર્વ લે પરતુ છાતી ઉપર હાથ મૂકીને સૌ કોઈ ઉત્તર આપે તો મારી ખાત્રી છે કે એ નાડીવિદ્યામા ઝાઝું તથ્ય નથી અને આજે જે નાટક ચાલી રહ્યું છે તેથી વૈદ્યોના ઉપહાસમા વૃદ્ધિ જ થાય છે શ્લોકો ટાકીને ભોળી જનતાને છેતરવાની કાઈ જ જરૂર નથી.

નાડીશાસ્ત્ર બુદ્ધિગ્રાહ્ય નથી

મારી પાસે દરદી આવે છે ત્યારે હુ 'નાડી' તો જોઉં છું જ. મનેય ઘણા 'સારો નાડીવૈદ્ય' કહે છે. પરંતુ હું દરદીનો ઇતિહાસ પ્રથમ સાભળું છું અને પછીથી નાડી જોઈને દરદીને સારો સતોષ આપી શકું છું. જ્યારથી ઇદ્રિયોની શક્તિ ગુમાવી ત્યારથી કેવળ નાડી જોઈને રોગો પારખવાની વાતો વહેતી મૂકાઈ છે એમ મને લાગે છે. પ્રાચીન ગ્રંથોમા ઘણીયે વાતો નથી એટલે એ પ્રાચીન આર્ષ ગ્રંથોમા 'નાડી' નથી માટે તે ત્યાજ્ય છે એમ કોઈ રખે માને. એ નાડીશાસ્ત્ર બુદ્ધિગ્રાહ્ય નથી માટે જ તે ત્યાજ્ય છે. આજે ડોકટરો નાડી નથી જોતા? બધા જ જુએ છે. પરતુ 'નાડી'ની પાછળ જે દંભ છે તેની સામે તો મારો વાધો છે જ.



૨ : વૈજ્ઞાનિક વિચારણા ?

આજે બધા જ 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા'ની વાતો કરે છે. 'વિજ્ઞાન' અને 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' સિવાય આજે કોઈ બોલે

તો તેને જૂનવાણી માનસવાળો માની લેવામા આવે છે વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓ આપણી ચોતરફ ખડકાયેલી આપણે જોઈએ છીએ. એટલે એક રીતે જોતા વિજ્ઞાન એ જ આ યુગનો આરાધ્ય દેવ થઈ પડ્યો છે વિજ્ઞાન સિવાયની બીજી વાતોમા આજે કોઈને ઝાઝો રસ નથી રહ્યો આપણી કોલેજોમા પણ હવે આર્ટ્સ કરતા સાયન્સમા વધુ વિદ્યાર્થીઓ જતા જોવામા આવે છે સાહિત્ય, કલા, તત્ત્વજ્ઞાન વગેરે વિષયો તરફ યુવાનોનો અનાદર વધતો જાય છે અને મોટા ભાગે જુવાનો સાયન્સ તરફ વળતા થયા છે

વિજ્ઞાન એમ તો ઠીક છે, પરતુ જ્યારે તે મનુષ્યોના ચિત્તનુ હરણ કરે છે ત્યારે, તે ખૂબ જ ભયકર બને છે એમ 'મેન ધ અનનોન' (અવિજ્ઞાત માનવ)ના લેખકે કહ્યુ છે વૈજ્ઞાનિક શોધો વધી, તેની સાથે ધનના ઢગના થવા માડ્યા, તેની સાથે મોજશોખ, વૈભવો વધવા લાગ્યા આ મોજશોખ, વૈભવો ધનના ઢગલા—આ બધુ વધારનાર વિજ્ઞાન પૃથગ્જનોને ગમે એ સ્વાભાવિક જ છે પરતુ વિચારકોને હવે સમજાવા લાગ્યુ છે કે આ વિજ્ઞાને એવા તો આસુરી બળો પેદા કર્યાં છ, કે જગતમા લડાઈ, અશાતિ, અતિ લોભ—આ બધુ અનિવાર્ય જ બની ગયુ છે માનવચિત્તને સમજ્યા વિના જેટલી શોધો થઈ છે અને થશે તેનુ પરિણામ આવુ જ આવે વિજ્ઞાને આજે દાટ વાળ્યો છે અને માનવચિત્તને ઝેરીલુ બનાવ્યુ છે વિજ્ઞાને આતરજીવનને ભુલાવી દીધુ છે પરિણામ એ આવ્યુ છે કે મન્મથને જ મહાપ્રભુ, ધનને જ સર્વસ્વ માનવામા આવે છે

'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' વખતે બાયોલોજી (જીવવિદ્યા), ફિઝિયોલોજી (ઇદ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્ર) અને સાઈકાલાજી (માનસશાસ્ત્ર) આ ત્રણ શાસ્ત્રોની સહાય લેવામા આવે છે આ ત્રણનુ જ માનસ શાસ્ત્ર બની ગયુ છે એમ કહીએ તો ચાલે જીવવિદ્યાનો પ્રવર્તક ડાર્વિન, ઇંદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રનો નિષ્ણાત પાવલોવ અને માનસશાસ્ત્રના

મહાગણેશ માડનાર ફ્રૉઇડ આ ત્રણ મહાપુરુષોએ જ વિજ્ઞાનને વિચિત્ર ઝોક આપ્યો છે

ડાર્વિને 'બળિયાના બે ભાગ' (સર્વાઇવલ ઑફ ધિ ફિટેસ્ટ)ના વાદને માતબર દાખના દલીલોથી વહેતો મૂક્યો ઓરિજિન ઑફ સ્પિસિઝ' અને 'ડિસેન્ટ ઑફ મેન' નામના બે પુસ્તકો દ્વારા સમુત્ક્રાંતિની મહાકથા એણે માતબર દલીલોથી રજૂ કરી અને આખા વિશ્વના માનસને હચમચાવી મૂક્યુ પાદરીઓએ આમા ધર્મનો ધ્વસ જોયો નીતિનુ નિકદન નિ ળ્યુ, વિશ્વ ચોકી ઊઠ્યુ. ડાર્વિનની મદદે હકસલે આવ્યો અને ડાર્વિનવાદનો તે જબરો પ્રચારક બની રહ્યો ગુલામીનુ ઉચ્છેદન કરનાર વિલ્બરફોર્સનો ત્રીજો પુત્ર બિશપ વિલ્બરફોર્સ હકસલે સામે પડ્યો બન્ને વચ્ચે જબરા શાસ્ત્રાર્થ ચાલ્યા ઑક્સફર્ડ મ્યુઝિયમની મિટિંગમા આ બન્નેનો શાસ્ત્રાર્થ થયો લોકોની હદ જામી હતી છેવટે બન્ને યોદ્ધા ત્યાથી છૂટા પડ્યા—ધર્મ અને સાયન્સ છૂટા થયા તે આજ સુધી છુટા જ પડેલા છે ડાર્વિનના આ બળિયાના બે ભાગ સામે પ્રિસ ક્રોપોટકીને 'મ્યુચ્યુઅલ એઈડ—એ ફેક્ટર ઑફ ઇવોલ્યુશન' (ઉત્ક્રાંતિના નુ સોપાન પરસ્પર સહકાર ભાવના) નામના પોતાના આ પુસ્તકમા સખત પડકાર કર્યો ડાર્વિનના જેટલી જ ચીવટતાથી એણે પશુ પક્ષીજીવનના દાખનાઓ ભેગા કરીને પરસ્પર સહકાર, મદદ, સહાય એ જ જીવનનુ વિધાયક બળ છે નહિ કે બળિયાના બે ભાગ કે મારે તેની તલવાર પરતુ ડાર્વિનનો વાદ જીત્યો અને બુદ્ધિવાદીઓએ તત્ત્વજ્ઞાનીઓએ રાજદ્વારીઓએ બધાએ એને સ્વીકાર્યો અને આ પછી ડાર્વિનિઝમ—ડાર્વિનનો વાદ સમાજના સામાન્ય થરોમા ઊતર્યો ડાર્વિનના પુસ્તકોની અતિ માઠી અસર થઈ જર્મનીમા, આને લઈને યુદ્ધ અનિવાર્ય છે સ્વાભાવિક છે એમ મનાવા લાગ્યુ જે ઇગ્લડને નેપોલિયને દુકાનદારોની પ્રજા 'એ નેશન ઑફ શૉપકીપર્સ' તરીકે સબોધેલ છે તે ઇગ્લડમા

વેપારની કાતિલ હરીફાઈના શ્રીગણેશ મંડાયા. પ્રિન્સ બિસ્માર્કને આ વાદ ખૂબ ગમ્યો અને એણે જર્મન પ્રજામાં યુદ્ધનાદ જગવ્યો. નિત્સેનું 'સુપરમેન' આ વાદમાંથી જ સ્ફુર્યું એમ કહીએ તો ચાલે. જીરાલ્ડ હર્ડને એમના 'થર્ડ મોરેલિટી' નામના પુસ્તકમાં લખવું પડે છે કે કરુણા, દયા અને માનવતાનો મૃત્યુઘંટ વગાડનાર આ ડાર્વિનવાદે જગતનું મહાન અનિષ્ટ કર્યું છે ડાર્વિને જીવનમાંથી ઈશ્વરને હાંકી કાઢ્યો અને બાકી હતું તે ફ્રોઈડે આત્મા વા આંતર જીવનમાંથી ઈશ્વરને હાંકી કાઢ્યો આંતરગ્રહિય અરાજકતા જે આજે આપણે નિહાળી રહ્યા છીએ, તેના શ્રીગણેશ બેસાડનાર ડાર્વિન છે. માનવચિત્તમાં વિષ–બીજનું મહાસિંચન કરનાર ડાર્વિનવાદ છે, જે આજે પણ આપણને ભણાવવામાં આવે છે. 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' નો એ પાયો ગણાય છે !

પછી આવે રશિયાનો સમર્થ ઇંદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી પાવલોવ આ વિદ્વાને નાડીતંત્ર–(ધ નર્વસ સિસ્ટમ)નો સમ્યક્ અભ્યાસ કર્યો અને અનેક અટપટા પ્રયોગો કરી એનો મહાવાદ 'કન્ડીશન્ડ રિફ્લેક્સ' વહેતો મૂક્યો માનવચિત્તને ગમે તે બીબામાં ઢાળી શકાય છે–એ આ વાદનો ટૂંકો સાર છે નાના બાળકોના ચિત્તને એક જ જાતના બીબામાં ઢાળવામાં આવે, તો ધાર્યું પરિણામ લાવી શકાય. હિટલરે આ વાદનો સુંદરમાં સુંદર ઉપયોગ કર્યો અને એણે નાઝીવાદ જન્માવ્યો બધાના મગજોમાં એક જ ધૂન પેદા કરી બાળકોના કોમળ ચિત્તનું એણે 'કન્ડીશનિંગ' કર્યું એક જ બીબામાં ઢાળ્યું. હિટલરની 'યુથ મુવમેન્ટ્સ,' 'હોલિડે કેમ્પ' 'પેરેડ્ઝ'–આ બધા આ વાદમાંથી ઉદ્ભવ્યા અને જુવાનોને એક જાતનો નશો ચઢાવ્યો શિક્ષણકાર્યમાં આનો ઉપયોગ થયો અને પછી તો ધનાઢ્યોએ પણ પોતાના સ્વાર્થ માટે આનો ઉપયોગ આદર્યો. મોટાં છાપાં પોતાને કબજે કર્યાં, સિનેમા, વાયરલેસ પણ તેમણે કબજે કર્યાં અને

આ તણ ભયકર સાધનસામગ્રીઓ આજે એમના હાથમા છે અને એ માનવચિત્તનુ 'મોલ્ડિગ' (ઘડતર) કરી રહેલ છે એક વિદ્વાન કહે છે કે હિટલરની લડાઈનુ સૌથી મહાન દૂષણ બીજા બધા દૂષણો ભૂલી જઈએ તો પણ માનવચિત્ત ઉપરનુ વૈજ્ઞાનિક વિષ (અ સાયન્ટિફિક કરપ્ટિંગ આર્ ધી માઈન્ડ) છે માનવચિત્તના આ કન્ડિશનિંગ-વાદે જગતનુ સૌથી મહાન અનિષ્ટ કર્યું છે અને આ ઝેરી અસર કોઇ પણ રસાયનથી ધોઈ શકાય એમ નથી

અને ત્રીજો આવે છે ફ્રૉઇડ આજના લોકો આને માનસશાસ્ત્રી માને છે-ખરી રીતે એને માનસશાસ્ત્રી (અ સાઇકૉલોજિસ્ટ) કરતા માતાઓની માનજત કરનાર માનસશાસ્ત્રી (અ સાઈકોપેથોલોજિસ્ટ) માનવો જ ઉચિત છે એ પોતે ડૉક્ટર હતો એની પાસે યુવાન સ્ત્રીપુરુષો ઘણા આવતા આ દર્દીઓના દુ ખોમા આ પંડિતને માનવદેહમા વસેલી મૌલિક વૃત્તિઓનો નિરોધ જ મુખ્ય જણાયો માનવમાનમા જે સ્વયભૂ કામવૃત્તિ રહેલી છે તેના દબાણથી વા નિરોધથી જ સ્ત્રીપુરુષોને રોગો લાગુ પડે છે એમ પ્રથમવાર એણે પોકાર્યું ઇન્દ્રિયોના અશ્વોને છૂટો દોર આપો તેને રોકશો નહિ, તેથી જ જ્ઞાનતતુઓ ઉપર મારી અસર થાય છે અને હિસ્ટિરિયા ઉન્મા વગેરે રોગો એનુ જ પરિણામ છે નીતિ, ધર્મ સદાચાર જેવુ કઈ છે જ નહિ એ તો બધા મનના ભૂતો (અ. ઇનહીબિસન્મ) છે આત્માનો અવાજ એ તો સેતાનનો સાદ છે (અ વોઇસ આ. ધી ડેવિલ)-ખાઈપીને લહેર કરો આજમા લહાવો લીજિયે ક ાલ કોણે દીઠી છે?' એ જ એનો નાદ છે ભાવતું હતું ને વૈદે કહ્યુ જુવાનોને તો આ જ જોઈતુ હતું માનવ ચિત્તની ગ્રથિઓ (અ કૉમ્પ્લેક્સિસ) ફ્રિગ્રેશન્સ' સબ્લીમેશન્સ' વગેરે શબ્દો જાણ્યેઅજાણ્યે જુવાનો વાપરવા લાગ્યા રશિયામા ફ્રી સેક્સ ' વૈરવિહાર) અસ્તિત્વમા આવ્યો સ્ત્રીપુરુષોએ મર્યાદાની

મર્યાદાઓ લોપવા માંડી. ફ્રૉઇડે એકેએક સારી ચીજની ઠેકડી ઉડાડી. પ્રત્યેક મહાપુરુષના જીવનમાં એણે દંભના દર્શન કર્યાં. પ્રત્યેક સંતના જીવનમાં એણે 'ન્યુરોસિઝ' (જ્ઞાનતંતુઓની દુર્બળતા) નિહાળ્યો. સ્વાર્પણને એણે 'મૅસોચીઝમ'–પોતાની જાત પર નિર્દય દમન આચરવાની વિકૃત ઇચ્છાથી નવાજ્યો. સંયમ, સદાચાર, શીલ–આ ત્રણ ઉપર એના પ્રહારો જોવાતેવા નથી. સ્વાભાવિક ઇચ્છાઓ, મૌલિક વાસનાઓ–એને યોગ્ય માર્ગ આપો, એના પ્રવાહને રોકશો નહિ. સંયમના ભૂતને ભૂલી જાઓ જ્ઞાનતંતુઓના અનેક રોગો વાસનાઓના નિગ્રહને આભારી છે–આ બધા એના ઓલાથી જુવાનો બહેકયા–મર્યાદામાત્ર તૂટી અને મદન એ જ મહાપ્રભુ મનાવા લાગ્યો 'અજ્ઞાત માનવ'ના વિદ્વાન લેખક યોગ્ય જ કહે છે કે મહાલડાઈઓએ જે સંહાર નથી કર્યો તેના કરતા અધિક સંહાર ફ્રૉઇડના આ ભયાનક વાદે કર્યો છે અને આ છતાંય હજીયે તેને મહામાનસશાસ્ત્રી માનનારા ઓછા નથી!

ડાર્વિન, પાવલૉવ અને ફ્રૉઇડ–આ ત્રણે–એ વાદોના વિષમય વિચારબીજોની અમર માનવચિત્ત ઉપર જેવી તેવી નથી થઈ ડાર્વિનનો 'મારે તેની તલવાર' યા 'બળિયાના બે ભાગ'નો વાદ; પાવલૉવનો માનવચિત્તને ગમે તે બીબામાં ઢાળવાનો 'કન્ડીશન્ડ રિફ્લેક્સ' વાદ; ફ્રૉઇડનો 'સ્વચ્છંદતા વાદ' આ ત્રણેય ભયંકર વાદોએ માનવજાતનું જેવુંતેવું અનિષ્ટ નથી કર્યું અને આ છતાંય 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' વખતે આ વાદોનું શરણ લેવું પડે છે!

પ્લેટો, ગઍટ, મિલ્ટન, ટેનિસન, શેક્સપીયર આર્નોલ્ડ, બ્રાઉનિંગ, ચરક આ બધાનો પ્રભાવ જીવન ઉપર જેટલો પડે છે તેટલો વિજ્ઞાનથી નથી જ પડતો. આ બધા હૃદયના માર્ગો છે. સંવિતની એ ભિન્નભિન્ન ભૂમિકાઓ છે. એમનાથી મનુષ્ય જેટલો બૃહત્તર થયો છે તેટલો વિજ્ઞાન કે યંત્રવાદથી કદી થયો નથી કે થવાનો નથી. વિજ્ઞાનના વિષયો સાથે હૃદયને ઉન્નત બનાવે, લાગણીઓને કોમળ બનાવે, હૃદયવીણાના તારોને ઝણઝણાવી શકે એવું કોઈ લોકોત્તર કાવ્ય કે સાહિત્ય ભણાવવાની ખૂબ જ જરૂર છે. વિજ્ઞાન ભણેલાઓ કે વિજ્ઞાનવેત્તાઓ નવાનવા વાદો જન્માવી શકે છે, પરંતુ આમૂલાગ્ર સમીક્ષાથી ઊપજતા નિર્ણયો આપ્તો સિવાય કોઈ જ ન આપી શકે. આપ્ત શબ્દ અત્યંત પવિત્ર છે. આજના વિજ્ઞાનીઓ આપ્ત નથી, તેઓની બુદ્ધિને મર્યાદા છે. એથી ફરી તેમના વાદો અસ્થાયી, ભ્રમોત્પાદક અને અનર્ગલ વાસનાઓને ઉત્તેજનારા છે. વિજ્ઞાનની એ કમનસીબી છે કે પ્રત્યેક નવીનતા એ પ્રગતિ મનાય છે. અને કામચલાઉ સિદ્ધાંતોને સનાતન સિદ્ધાંતો (જ ટેન્ટેટિવ થીઅરીઝ ફોર એબ્સોલ્યુટ ટ્રુથ્સ) માનવામાં આવે છે પરિવર્તન યા નવીનતા એ કંઈ પ્રગતિ નથી, નવાનવા વાદો એ કંઈ સત્ય નથી. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર માટે આ વાત તદ્દન સાચી છે. જાહેરખબર પાછળ અબજો રૂપિયા ખર્ચનારી વિશાળકાય કંપનીઓ છાસવારે નવીનવી દવાઓ વહેતી મૂકે છે. વિવેકભ્રષ્ટોને એમાં પ્રગતિ જણાય છે દેશના અબજો રૂપિયાનું શોષણ આજે વૈજ્ઞાનિક ધૂનમાં ચાલી રહ્યું છે. એકાદ નવી દવાનું ફરફરિયું ટેબલ ઉપર આવીને પડ્યું કે હિંદમાં તે બીજા જ દિવસથી 'પ્રિસ્ક્રાઇબ' થઇ જાય છે. આ બધી વિજ્ઞાનની ભૂરકી છે. એમાં નવીનતાનો પ્રબળ મોહ છે. વિજ્ઞાનની સેવા નથી. 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' એ શબ્દછળ છે. મૌલિક વિચારણા એ જ સાચી વિચારણા—'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' કહી શકાય. આવી વિચારણાનો આજે અભાવ છે અને આથી જ આપણી આ દશા છે.-

૩ : ગાંધીજી અને લગ્નભાવના

વીસાપુર જેલમાં રાજકીય કેદીઓ મહાપુરુષોની જયંતીઓ ઊજવતા. પુણ્યશ્લોક મહાત્માજીની જયંતી પણ ખૂબ ધામધુમથી ઊજવવામાં આવી હતી; અને એ નિમિત્તે વીસાપુર જેલવાસીઓએ 'ગાંધિ જયંતી અંક' ની યોજની કરી હતી. જેલમાં કવિઓ, લેખકો, જર્નાલિસ્ટો, ફિલસુફીના પંડિતો ઠીકઠીક પ્રમાણમાં ભેગા થયા હતા. સ્વ. ફુલચંદ બાપુજી શાહની પ્રેરણાથી આ 'જયંતી અંક' અસ્તિત્વમાં આવ્યો હતો. આ લેખ પણ એ અંકની કૃતિરૂપે હતો. મને આશા છે કે લગ્નભાવના જેવા અતિ ગંભીર અને મહત્ત્વના પ્રશ્ન વિષેનો આ લેખ 'યુવક' ના વાચકોને ગમશે.

"To make eugenics more possible the real place of reform is the mariage institution."

Havelock Ellis

' અર્થ: સુપ્રજનનશાસ્ત્રને વધુ શકયતાઓવાળું બનાવવું હોય તો લગ્નસંસ્થાની સુધારણા અનિવાર્ય છે. એવું એક પણ ક્ષેત્ર નથી જેમાં મહાત્માજીએ કંઈ ને કંઈ ધ્યાન નહિ આપ્યું હોય. લગ્ન વિષે આ મહાપુરુષે બહુ ઓછું લખ્યું છે. પરંતુ લખ્યા કરતાં તેમણે પોતાના પ્રિય આશ્રમમા અનેક લગ્નો કરાવીને પ્રજા સમક્ષ સરસ ઉદાહરણ મૂક્યું છે. લગ્ન વિષેના તેમના વિચારો પૃથગ્જનોથી ભિન્ન જ હોય એ સમજી શકાય એવી વાત છે.

"વિવાહથી મનમાં આવે તેટલા ભોગ ભોગવવાને છૂટ મળે છે એ ખ્યાલ પાપમય છે. સ્ત્રીપુરુષોનો ભોગ એક જ હેતુથી ધર્મયુક્ત થઈ શકે. તે બન્નેની સંતતિની ઇચ્છાનો. એ ઇચ્છા સિદ્ધ કરવા માટેનો શુદ્ધ પ્રકાર તે વિવાહ." ગાંધીજીની આ લગ્ન ભાવ-

નાનુ મૂળ આપણને પ્રાચીન સાહિત્યમાથી મળે છે કવિકુલગુરુ કાલિદાસ કહે છે **"प्रजाये गृहमेधिनाम् ।"** પ્રજા માટે જ ગૃહસ્થાશ્રમી થવુ સતતિની ઇચ્છા સિવાય કેવળ ભોગો ભોગવવાની ઇચ્છાથી જ લગ્ન સબધમા જોડાવુ એ કોઈ પણ રીતે ઇષ્ટ નથી, એ પ્રાચીન લેખકોએ આપણને અનેક વખત કહેલુ છે શાકુતલ અને કુમારસભવ દ્વારા લગ્નપ્રયોજનનો સરસ ઇતિહાસ કાલિદાસે આપણી સમક્ષ ધર્યો છે

प्रजातंतु मा व्यवच्छेत्सी । પ્રજાતતુનો છેદ રખે કરતા, એ તૈતિરીય ઉપનિષદની આજ્ઞા છે પ્રજાતતુ કાયમ રાખવાનુ ફરમાન કાઢીને જ આપણે વિરમ્યા નથી પણ **"दिशामेक पुण्डरीकमसि अह मनुष्याणामेक पुण्डरीक भूयासम् ।"** હે ભગવાન સૂર્ય ! તમે જેમ દિશાના કમળ છો તેમ હુ પણ મનુષ્યોમા કમળરૂપ થાઉ " એ બૃહદારણ્યક ઉપનિષદના સૂત્રમા જીવનની મહત્તાનો સુદર ચીતાર નથી?

પણ આજે શુ છે? એ જીવનની મહત્ત-ખુમારી હવે નથી રહી હાલ તો ગમે તેના મતિમદ માયકાગના સતાનોની ભુજાળથી ઘર ભરવાની ક્ષુદ્ર ઇચ્છાવાળા પામર મનુષ્યો આ ઉદાત્ત ભાવનાને ભૂલ્યા છે સ્ત્રીપુરુષની ફાટફાટ થતી તનમનાટ કરતી શક્તિઓને આપણે પ્રજાદ્વારા સક્રાન્ત કરીએ છીએ આપણી જાતને પ્રકૃષ્ટ રીતે બીજામા જન્માવવી એનુ નામ પ્રજા પ્રજાની વ્યાખ્યા ભવભૂતિએ નીચે મુજબ આપી છે –

> अत करणतत्त्वस्य दपत्यो प्रेमसश्रयात् ।
> आनन्दग्रन्थिरेकोऽयमपत्यमिति कथ्यते।

દપતીના પ્રેમયોગવડે અત કરણ તત્ત્વની એક આનદ ગ્રથિ બધાય છે તે પ્રજા અથવા અપત્ય કહેવાય છે

અત્યારે આપણામાના ઘણાખરાના મનમા પ્રજા સાથે નીચ

કામવાસનાની તૃપ્તિના પડઘા પડે છે તેમ પહેલાં ન હતું. કામ–અવિકૃત કામને આર્યોએ આરાધ્યો છે–નિંદ્યો નથી. **धर्माविरुद्धः कामोऽस्मि लोकेऽस्मिन् भरतर्षभ ।** (ગીતા.) અર્થ–ધર્મથી અવિરોધી એવો કામ હું પોતે છું એમ ભગવાન કૃષ્ણ ગીતામાં કહે છે. આ કામને આર્યોએ ચાર પુરુષાર્થોમાં સ્થાન આપ્યું છે.

ધર્મના એકદેશીય સેવન વડે હિંદમાં સાધુબાવાના રાફડા ફાટ્યા. અર્થના એકદેશીય સેવનથી યૂરોપ અમેરિકાની દિનપ્રતિદિન વધતી જતી મુસ્કેલીઓના પડઘા આપણને સંભળાવા લાગ્યા છે. કામના એકદેશીય સેવને જીવનમાં જાણે આત્મા જ ન હોય એમ માનનારા અને ઉપરાઉપરી વાજીકરણો ઉડાવ્યે જનારા વ્યભિચારીઓ ઉપજાવ્યા છે. આ ત્રિવર્ગની સિદ્ધિ એ જ વર્ણાશ્રમ ધર્મનો પાયો. વર્ણાશ્રમના ભેદો કુદરતી રીતે વિશ્વના વધારે વ્યાપક નિયમોને પરિણામે પડેલા છે એમ મહાત્માજી માને છે. ગૃહસ્થાશ્રમના ધર્મો એ ભોગોની મર્યાદા અને ભોગસેવનના વિધિને આંકી દે છે.

કવિશ્રી નાનાલાલ કહે છેઃ "પરણવું એટલે પ્રભુતામાં પગલાં માંડવાં." (ઇંદુ કુમાર). અત્યારે આપણે પરણતા નથી પણ પામરતાનો ઉત્સવ ઉજવીએ છીએ, શ્રી મુનશીના શબ્દોમાં કહું તો આજનાં આપણાં લગ્નો એટલે "બેભાનીયતનો મહોત્સવ." અને આવાં ભાન વગરનાં લગ્નોનું પરિણામ શું હોય? 'મતિમંદ માયકાંગલાઓની ભુંજાળથી' ખદબદતાં આપણાં ગૃહો! લગ્ન માટે લાયકાત 'જેવું' કંઇ જોઇએ કે કેમ એ પ્રશ્ન આપણામાંના ઘણાને ગભરાવે છે. અસલ બદબોથી ગંધાઈ ઊઠેલી આપણી ન્યાતોએ આપણને આ તક જ રહેવા નથી દીધી. કેવળ જન્મપત્રિકાઓની લાયકાત જોવામાં જ કર્તવ્યની ઇતિકર્તવ્યતા મનાય છે. પરિણામે આપણાં ઉત્તમ બીજો કુક્ષેત્રોમાં વવાય છે અને નિર્માલ્ય પાક ઊતરે છે. સાક્ષરશ્રી મુન્શીએ આપણા લગ્નનું અત્યંત કરુણાજનક ભેદી ચિત્ર દોર્યું છેઃ

"આના બીજમાથી આવેા નિર્માલ્ય પાક કેમ થયેા? આવી કારીઓએ કર્યાં હજારેા વર્ષો થયા અણુગમતા નાનાયક જોડા સાધી આપણે સત્યાનાશ વાળી મૂકયુ છે પરશુરામેા અને ચાણક્યેાના લેાહી અનેક કાશીઓએ ગળાતા માગ જેવા મગતરા પેદા કરે છે શા માટે? મણિ! આખી સૃષ્ટિમા જ્યા જ્યા સૌન્દર્ય, શૌર્ય, પ્રતાપ પાકે છે તે સ્થળેા જો વનની ઘટાઓમા વનરાજની ભવ્યતા અને પ્રાણભેદક નાદ સિહણેા શેાધે છે સરેાવરના જલ તરગે ઝીચતા હસેા પાખની વિશુદ્ધ અને ડેાકની લચક ને છટાથી વરાય છે જે દેશમા સત્તા છે, ત્યા અભિમાની નજરથી સમેાવડી શેાધતા નરસિંહેા નજરે ચઢે છે મણિ, અહીંઆ જ આ બાપડા બીચારા દેશમા ઝેાપીઓની લાનસા ઉપર, ગધર્વોના મિજાજ ઉપર, ડેાશીઓની સગવડ પર વરનક્કી વરાય છે એ પછી મારા જેવા નમાના છેાકરાએા પેદા કરી દેશને ભારે મારીએ તેમા શુ નવાઈ? જે પળે આપણે ત્યાથી સ્વયવર ગયેા તે પળથી આપણા સસારનુ સત્યાનાશ વળી ગયુ . "

વીર્યના પ્રત્યેક બુદ સાથે આપણે આપણા વશપરંપરાગત સસ્કારેા મક્રાન્ત કરીએ છીએ આધુનિક વિજ્ઞાન પણ Sperm cells અમર માને છે રેાગીઓના રેાગેા, દારૂડિયાઓની દારૂ ઢીંચવાની લત, લપટાેનેા વ્યભિચાર, બુદ્ધિની પામરતા, આ બધુ આપણે આપણા વીર્યદ્વારા બીજી પ્રજાને વારસામા સેાપીએ છીએ આ સાદી વાત આપણામાના કેટના જાણે છે? નથી જાણતા એટલે જ લગ્ન એક ખેલ માફક મનાય છે શરણાઈઓના સૂર આગળ અને ગન્દા ગીતેાના ધમસાણુ વચ્ચે વેદોક્ત (!) લગ્નવિધિનેા કેવેા અજબ વિનિપાત થઈ રહ્યો છે!

આપણા અત્યારના લગ્નેામા નીચેના સુધારા હુ આવશ્યક માનુ છુ

૧. ગોત્ર અને પ્રવર બન્નેની ઉપેક્ષા કરવાની છે. ગોત્ર સમાન હોય કે અસમાન હોય તોય લગ્નસંબંધમાં બાધ ન આવવો જોઈએ. બધી રીતે યોગ્ય યુવાનયુવતી ફક્ત સમાન ગોત્રથી જ લગ્ન સંબંધ ન બાંધી શકે એ વસ્તુ અસહ્ય છે.

આ વિષે વધુ જાણવાની ઇચ્છાવાળાઓએ મારું 'અભિનવ કામશાસ્ત્ર' જોવું. ગોત્રની ઐતિહાસિક મીમાંસા માટે Hindu Exogamy વાંચી જવાની ભલામણ છે.)

૨. જ્યોતિષનાં પાખંડો લગ્નને વળગ્યાં છે તે દૂર થવાં જોઈએ. ગમે તેટલી જન્મપત્રિકાઓ જોવડાવો, ગમે તેટલા વરકન્યાના ગ્રહો મેળવો, અત્યારનાં તમામ લગ્નો અસામયિક અને અમાંગલિક અને અયોગ્ય છે. જન્મકુંડલીની લાયકાત ઉપર નહિ પણ વરકન્યાની લાયકાત ઉપર લગ્નની ઇમારત ચણવી જોઇએ.

૩. વાજાં, તમાસા, જમણવાર, અતિખર્ચ આ બધું એકે સપાટે સાફ થવું જોઈએ. જ્યારે આપણે સમૃદ્ધ થઈશું ત્યારે આપણે વાજાં વગડાવીશું. હાલની આપણી સ્થિતિમાં અત્યંત સાદાઈથી લગ્નો થવાં જોઇએ—જેવાં મહાત્માજીએ આશ્રમમાં કર્યાં તેવી રીતે. જે શ્રીમંતો ૨૦–૨૫ હજારનો ધુમાડો કરતા તે જ શ્રીમંતોએ ૨૦–૨૫ રૂપિયામાં લગ્ન ઊજવેલાં છે એ પ્રતાપ મહાત્માજીનો.

૪. કહેવાતા બ્રાહ્મણોના હાથથી થતી લગ્નવિધિ બંધ થવી જોઇએ. વેદના મંત્રોએ પોતાનું ગૌરવ ગુમાવ્યું છે. લગ્નવિધિ સંસ્કૃતમાં નહિ પણ ગુજરાતીમાં થવી જોઇએ અને તે પણ કોઈ વિદ્વાન ચારિત્ર્યવાન આચાર્ય જેવાને હાથે જ. મૂર્ખ બ્રાહ્મણોને હાથે પરણવું એ અપમાનજનક ગણાવું જોઇએ.

૫. યુવાન કે યુવતીએ પરસ્પરની પસંદગીથી જ પરણવું જોઈએ. માબાપોની દલાલી હવે બંધ થવી જોઈએ.

૬. કામશાસ્ત્ર (sexual science) નું જ્ઞાન પરણતા પહેલાં મેળવી લેવું અતિ આવશ્યક હું માનું છું. આ જ્ઞાનના અભાવે જ આપણા સમાજમા આજે વ્યભિચાર જોવામા આવે છે. જજ લિંડસે કહે છે કેઃ " યુવકો અને યુવતીઓને કામશાસ્ત્રનું પદ્ધતિસર જ્ઞાન આપવામા આવશે તો ઘણાખરા દોષો સમાજમાથી આપો-આપ દૂર થશે."

૭. પરઠણ—પલ્લું—કેસર—આ બધું હવે અસહ્ય બનવું જોઇએ. પ્રેમ પૈસાથી ન ખરીદાય.

૮. કુળવાન કોણ? એ પ્રશ્નનો નિર્ણય આ મર્યાદિત લેખમાં ન થાય. અત્યારે જેને આપણે કુળવાન કહીએ છીએ તે ખરી રીતે કુળવાન છે ખરા? ધન, વૈભવ કે રાજ્યસત્તા કુળને શ્રેષ્ટતા ન અર્પી શકે. સ્વાર્થત્યાગ, દયા, શૌર્ય, પ્રેમ, દાન વગેરે ઉદાત્ત ગુણો જે કુળમા હોય તે જ કુળવાન.

૯. ચાંદી, પરમિયો, ક્ષય, દમ, પત, ઇત્યાદિ રોગોવાળાનાં લગ્ન ન જ થવાં જોઇએ.

આ લઘુ લેખનમાં આથી વધુ ન લખી શકાય. લગ્નસંસ્થાનો ઉદ્ભવ, તેનો વિકાસ, તેનું વર્તમાન શાસ્ત્રીય વિવેચન, આ માટે અહીં સ્થાન નથી. ફક્ત બે મુદ્દા ચર્ચીને આપણે આ મર્યાદિત લેખ સમાપ્ત કરીશું. મહાત્માજી વર્ણાન્તર લગ્નની તરફેણમાં નથી. વર્ણ ચાર જ છે. આ વર્ણોમાં ઊંચનીચનો ભાવ છે જ નહિ. મહાત્માજી પોતાના જ વર્ણમાં વિવાહ કરવાની મર્યાદા સ્વીકારે છે. પણ અત્યારે વર્ણનું કંઈ ઠેકાણું છે? વર્ણાશ્રમના ધોરણે તો જે ખેતી અને વ્યાપાર કરે તે વૈશ્ય. આ જોતાં ખેતી કરતો બ્રાહ્મણ અને ખેતી કરતો કોળી બન્ને એક જ વર્ણના વૈશ્ય ગણાય. એટલે ગુણ-કર્મ અનુસાર વર્ણમાં જ વિવાહ સંબંધ સધાય એમ મહાત્માજી માનતા લાગે છે. હું આનો અર્થ એ કરું છું કે સરખો જ ધંધો

કરનારા એક વર્ણમા બે કુટુંબો અરસપરસ લગ્નસબંધથી જોડાય તે ઇષ્ટ છે. અને જો આ મારી માન્યતા બરાબર હોય તો પછી તેને આપણે શાસ્ત્રીય કસોટી ઉપર ચઢાવી જોઈએ મહાત્માજી વર્ણો માહેની પેટા જ્ઞાતિઓ કેવળ આકસ્મિક કારણોથી અને રૂઢિથી ઉત્પન્ન થયેલી માને છે પેટા જ્ઞાતિઓ એ હિંદુ ધર્મનું ધાર્મિક અંગ નથી અને તેને "આવશ્યકતા પ્રમાણે તોડવામા બાધ નથી" એમ માનતા લાગે છે. નીચેનો ફકરો મહાત્માજીના મતવ્યના સમર્થન માટે બસ થશે એમ ધારી આપુ છું:

"A family that has produced artists for three generations, therefore, commits suicide, as far as gifts aud character are concerned, when it selects mates in a family of commercial or industrial traditions and vice versa The dissipation of garnered qualities has been going on for so long (not to mention the mixture of races) that we are fast losing all ability, all character and all special gifts. The middle ages were wise in this respect, for they regarded it as scandalous for a butcher's daughter to marry a plumber's son and so on, and the wise civilization of Egypt and India had similar conventions. Inbreeding, therefore, will sooner or later have to be restored, in spite of the havoc that it will necessarily create among our degenerate stocks; for extreme and dissolute crossbreeding of the present day is merely covering up our

taints and destroying every shred of character and virtue we ever possessed "

ભાનાર્થ નણ પેઢીઓથી કલાકારોને જન્મ આપતું એક કુટુબ જ્યારે વેપારરોજગારમા મન્યા રહેતા કુટુબ સાથ લગ્ન સબધ બાધ છે ત્યારે ખરેખર તે આત્મઘાત જ કરે છે એમ હું માનુ છુ વર્ણાન્તર લગ્નોથી આપણે ઝપાટાબેર ચારિત્ર્ય, શક્તિ, તેમ જ બીજા કેટનાક ઉદાત્ત ગુણોને ગુમાવી રહ્યા છીએ. આ બાબતમા મધ્યયુગ આપણા કરતા ડાહ્યો, સમજુ હતો, કારણ કે તે લોકો કદીયે કસાઈની કન્યા કાછિયાના પુત્ર સાથે પરણે તેને સાખી શકતા નહિ એવા લગ્નને તેઓ નિંદ્ય ગણતા હિંદુસ્થાન અને મીસરની પ્રાચીન સસ્કૃતિએ આવા લગ્નો ઉપર અકુશ મૂક્યો હતો અત્યારે અનિયારી રીતે થતા વર્ણાન્તર લગ્નોથી પ્રજાના ઉદાત્ત ગુણો અને ઉમદા ખવાસ હણાય છે.

કોઈ પણ જાતના ભાષ્ય વિના આટલેથી હુ વિરમીશ

પરદેશી અને પરધર્મી પ્રજા સાથેના વિવાહસબધ માટે મહાત્માજી આના લગ્નોની તરફેણમા નથી અનમત્ત, કોઈ આવો લગ્નસબધ બાધે તો તે પ્રચાર કરવા નથી નીકળી પડતા, પરતુ તેમને આવા લગ્નો ગમતા નથી આ તેમના વિચાર સાથે હુ મળતો છુ હિંદુસ્થાનની આ પરાધીન ગુનામી દશામા આપણે પરદેશીઓ સાથે વિવાહસબધ સાધીએ તે કોઈ પણ રીતે ઇષ્ટ નથી 'અભિનવ કામશાસ્ત્ર" મા મે આ વિષે લબાણથી લખ્યુ છે તે વાચકને જોઇ જવા ભલામણ કરુ છુ મિસિસ સારગધરદાસ (Fried Hansworth) જે સ્વીટ્ઝરલેંડના છે અને બગાળી યુવક સારગધરદાસ[1] સાથે પરણેના છે એ બાઈએ હિંદુસસ્કૃતિનો

૧ હાલમા એ ગુજરી ગયા છે

સુંદર અભ્યાસ કર્યો છે અને હિંદુ સંસ્કૃતિ, તેનાં સ્થાપત્ય, કલા ઇત્યાદિ ઉપર ટીકા પણ છે. આ બાઇએ પોતાના અનુભવનો સાર નીચેના એક ફકરામાં આપ્યો છે તે વાંચવાથી મહાત્માજીના વિચારોને આપણે બરાબર સમજી શકીશું:

"There is no doubt in my mind that Hindu subjugation and the presence of foreign rulers of a different race have made the question of inter-racial marriage far more intricate and difficult; it creates superiority and inferiority complexes that discolor and ditort all relationships, those of an intimate nature possibly more than all others."

અર્થાત્ હિંદ જ્યાં સુધી પરાધીન છે ત્યાં સુધી પરદેશી અને પરધર્મીઓ વચ્ચેનો વિવાહસંબંધ માનસશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ પણ અહિતકર છે. લગ્ન વિષેના મહાત્માજીના વિચારોને બરાબર ચર્ચવા માટે આ મર્યાદિત સ્થાન છે, પરંતુ આ લેખ ઉપરથી જો આપણે મહાત્માજીની લગ્નભાવનાને કંઈક અંશે સમજી શકીશું તો આ શ્રમ સફળ થયો લેખીશ.



૪ : યુવકોની માનસિક વિકૃતિ

મારા ઉપર યુવાનોના અનેક પત્રો આવે છે અને તેમાંથી મોટા ભાગ તો 'હસ્તદોષ'ની ટેવ અને 'સ્વપ્નસ્રાવ'—આ બે માટે ઉપાયો તેમ જ સલાહસૂચના માટે લખે છે. ઘણા પોતાનું નામઠામ ગુપ્ત રાખવા મને વિનવે છે. ઘણા આ 'દારુણ પાપમાંથી બચાવીને

નવું જીવન આપવા' લખે છે. આ બધા પત્રોનો ટૂંકો સાર છે. એ યુવાન મિત્રોને હું ખાત્રી આપું છું કે તમો નિશ્ચિંત રહેજો. તમારું નામઠામ હું પેપરમાં નહિ આપું. દરદીઓ ગુપ્તમાં ગુપ્ત વાત ચિકિત્સકને કહી સંભળાવે છે અને એ વાતોને ગુપ્ત જ રાખવાનો પ્રત્યેક ચિકિત્સક પોતાનો ધર્મ માને છે. યુવાનો ખાત્રી રાખે કે હું તેમના એ વિશ્વાસનો દ્રોહ કદી નહિ કરું.

યુવાનો ને યૌવન

આ નાજુક વિષય ઉપર લખનારા ઘણા લેખકોએ લખતી વખતે પોતાની સમક્ષ જે સામાજિક દૃષ્ટિ નજરમાં રાખવી જોઈએ તે રાખી નથી હોતી. તેઓએ ઊલટું બળતામાં ઘી હોમ્યું છે. આવા નાજુક વિષયની જાહેર ચર્ચા માનસશાસ્ત્ર અને સમાજ-શાસ્ત્રનું સમ્યક જ્ઞાન માગે છે. બ્રહ્મચર્ય ઉપરનાં પુસ્તકોમાં બ્રહ્મચર્યને સાતમે આસમાને ચઢાવેલું હોય છે. मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुधारणात्। 'વીર્યના એક બિંદુપાતથી મરણ છે જ્યારે તેના વિધારણમાં જીવન છે.' આ ઉપર ખૂબ ઝોક આપેલો હોય છે. યુવાનોના દિલમાં બ્રહ્મચર્યના સામર્થ્ય વિષે અનેરા ભાવો અંકિત થયેલા હોય છે. આવામાં યુવાનો યૌવનના ઊંબરામાં પ્રવેશ કરે છે. એક તરફ બ્રહ્મચર્યપાલનની તમન્ના હોય અને બીજી તરફ યૌવનના આવિર્ભાવ સાથે લલિતમધુર અનેક ભાવોની હૃદયમાં ભરતી ચડે છે અને તેમના ધૈર્યનો લોપ કરે છે. યુવાનીનો સમય પ્રાણીમાત્રના જીવનમાં ઘાટીરૂપ છે. મનગમતા યૌવનનું મસ્ત નૃત્ય તાંડવે ચડે છે. હૃદયવિકાસની નવીન ભૂમિકામાં યુવાનોનું જગત મેઘધનુષના રંગોથી રંગાઇ જાય છે. તેને કોઈ નવીન ભૂખ લાગે છે, નવીન તરસ લાગે છે. કોઈ તોફાની અભિલાષા તેને ચોતરફ દોડાવે છે. કોઈ અગમ્ય સ્ફુરણ એને વમળે ચડાવે છે. 'માલતીમાધવ'માં ભવભૂતિએ યૌવનકાલના આ ભાવોને અતિશય સુંદર રીતે લિપિબદ્ધ કર્યા છે:

'भ्रमति भुवने कन्दर्पाज्ञा विकारि च यौवनं।
ललितमधुराः ते ते भावाः क्षिपन्ति च धीरताम् ॥

કામદેવની આજ્ઞા વિશ્વભરમાં ભ્રમણ કરી રહી છે. યૌવન વિકારી હોય છે. યૌવનના ઉદય સાથે અનેક જાતના લલિત અને મધુર ભાવો ચિત્તને ક્ષુબ્ધ બનાવીને ધીરજને હરી લે છે. વળી

विवेकप्रध्वंसात् उपचितमहामोहगहनो ।
विकारः कोऽप्यन्तः जडयति च तापं च कुरुते ॥

વિવેક–સારા નરસાની શક્તિ–નો પ્રધ્વંસ થાય છે અને મહામોહમાં નાખનાર કોઈ મહાન વિકાર અંતઃકરણને જડ બનાવી દે છે. હૃદયમાં દારૂણ તાપ–વ્યથા–જન્માવે છે અને યુવાનને અકળાવે છે.

'માલતી-માધવ'માં—

ભવભૂતિએ આ યુવાનીની આંધીનો સુંદર ચિતાર 'માલતી–માધવ'માં આપણને કરાવ્યો છે. એ રસાસ્વાદ સંસ્કૃતજ્ઞો માટે જ રહેવા દેવો ઉચિત છે. सोयं प्रसिद्धविभवः खलु चित्तजन्मा આ ચિત્તજન્મા – મનમિજ – કામદેવ, જેનો વિભવ પ્રસિદ્ધ છે, જેની આજ્ઞા વિશ્વનાં ભુવનોમાં ભ્રમણ કરી રહી છે, એનાથી શરમાવાનું—લજ્જા પામવાનું કશું જ પ્રયોજન નથી એમ કવિ કહી સંભળાવી યુવાનના વિક્ષુબ્ધ મનને શાંતિ પણ આપે છે.

હૃદયવિકારની નૂતન ભૂમિકા

હૃદય વિકારની આ નૂતન ભૂમિકા ઉપર પગ મૂકતાં પ્રસિદ્ધ-વિભવ કામ ચિત્તમાં જન્મે છે. એક તરફ પવિત્ર જીવન જીવવાના, નૈષ્ટિક બ્રહ્મચર્ય પાળવાના, વીર્યવાન થવાના તેના અભિલાષો ઉપર 'વિકારી યૌવન' હુમલો કરે છે. વીર્યરક્ષાના એના મનોરથોનો ચિત્તજન્મા કંદર્પ ભુક્કો કરી નાખે છે. જેમ વધુ જાગ્રત રહે છે તેમ ચિત્તજન્મા વિશેષ તેને પજવે છે. સત્–અસત્નો આ સંગ્રામ

યુવાન માનસને અકળાવે છે. "કયા જન્મનાં પાપે આ ખરાબ ટેવ મને લાગી હશે? હું જેમ જેમ આ ટેવમાંથી મુકત થવા આકરો થાઉં છું તેમ તેમ એ ટેવ વધુ દૃઢતર બનતી જાય છે, મારુ જીવન કંતાઇ જાય છે, જીવનનું જોમ હણાય છે, મારું તેજ ઊડી જતું લાગે છે."--આ સ્વાભાવિક ઉદ્‌ગારો દ્વારા યુવાનો પોતાના દિલનો સંતાપ ઠાલવે છે.

સ્વપ્નમાં...

સ્વપ્નોમાં સુંદરીઓ આવે છે. યુવતીઓને યુવકના સહચારનાં સ્વપ્નો આવે છે. પૂર્વાર્જિત, સંસ્કારોથી પરિપૂત થયેલું એનું વિશુદ્ધ માનસ આ આંધીમાં 'પાપ' જુએ છે. ધર્મ અને પાપ વચ્ચે ઝોલાં ખાતું યૌવન અનેક માનસિક ગ્રન્થિઓ જન્માવતું જાય છે અને આ ગ્રંથિઓ ચિત્તને ઓર જ વ્યાકુલ બનાવે છે. આ ગ્રન્થિઓમાંથી છૂટવાના પ્રયત્ન તરીકે ચિકિત્સકો પાસે તેઓ આવે છે, સલાહ માગે છે. એકની દવાથી મટતું નથી એટલે બીજાની, બીજાથી નહિ તો ત્રીજાની, છેવટે જાહેરખબરિયા દવાઓ અજમાવી જોવા તે લલચાય છે, શરીર અને મનની પાયમાલી તે લાચારીથી અનુભવતો લાગે છે.

લગ્ન પછીની ખોટી ભ્રમણાઓ

એટલામાં લગ્નગ્રંથિથી જોડાય છે અને કેટલાક વધુ પડતા ધૈર્યલોપથી પોતામાં 'વીર્યનો અભાવ' કલ્પે છે. ક્ષણિક શીઘ્ર વીર્યસ્રાવથી તે પોતાના ભાગ્યને નિંદે છે, જીવનયાત્રાના પ્રથમ સોપાન ઉપરથી જ પોતાનો પગ લપસે છે. આને યુવાન પોતાની 'હસ્તદોષ' જેવી પહેલાંની ટેવોને આભારી માને છે. કામશાસ્ત્રનાં અનભિજ્ઞ યુવાન–યુવતી ઘડીભર દારૂણ વજ્રપાત અનુભવે છે અને પોતાના ભાગ્યને નિંદતાં થઈ જાય છે.

ગભરાશો નહિ: મક્કમ સામનો કરજો

મિત્રો! હસ્તદોષ જેવી ટેવોથી ગભરાશો નહિ. એ ટેવોથી કંઈ આભ તૂટી પડતું નથી. મનની આ ગ્રંથિઓને ભેદી નાખો. એથી કંઈ નુકસાન થતું નથી. સ્વાભાવિક સ્ત્રીસહવાસના અંતે નાડીતંત્ર જે શાંતિ અનુભવે છે તે જ શાંતિ અને સંતોષ આ ક્રિયાથી અનુભવાય છે. પરંતુ આ ટેવને આપણે 'પાપ' ગણીએ છીએ એટલે પાપ-પુણ્યના સંગ્રામમાંથી સ્વપ્નસ્રાવ વગેરે ફરિયાદો પાછળથી જાગે છે. કોઈ ક્ષણિક પંઢત્વ અનુભવે છે. કોઈ પોતાના પૌરુષમાં ખામીનું આરોપણ કરે છે. અને આ બધું તે 'હસ્તદોષ' ની ટેવને આભારી છે એમ માની લે છે. પરંતુ એક ચિકિત્સક તરીકેની ગંભીર જવાબદારીના ભાન સાથે હું તમને કહું છું, કે હસ્તદોષને એટલી ભયંકર ટેવ ગણવાની કે પાપ માનવાની કંઈ જ જરૂર નથી ઘણાયે આશાસ્પદ યુવાનો 'સ્વપ્નસ્રાવ'થી પીડાતા હોય છે. જેમ વધુ જાગ્રત થઈ એનો સામનો કરે છે તેમ એ એને વધુ સતાવે છે. હસ્તદોષ અને સ્વપ્નસ્રાવ-બંને એકબીજાના અનુસંગી છે. એનો મક્કમ સામનો જરૂર કરજો, પરંતુ હતાશ થવાનું, ગભરાવાનું અને 'જીવનની પાયમાલી થાય છે' એમ કલ્પી લેવાનું કંઈ જ પ્રયોજન નથી. યુવાનીના ઉદ્વેગ સાથે—આજના આપણા કલુષિત વાતાવરણમાં, આપણી બોલીમાં, મશ્કરીમાં, વાતોમાં જે કામુકતા અને બર્બરતા ભરેલી જણાય છે તેમાં આનો અનુભવ થાય તો કાયર ન થશો. બેપરવા બનો, અંદરથી જાગ્રત રહેજો; પરંતુ બહારથી એના ઉપર બહુ વિચાર ન કરો. 'કશું જ અવનવું નથી બનતું' એમ માનીને એની અવગણના કરજો. મોટા ગ્રંથમાં લખી શકાય એ જ વાત હું તમને કરી રહ્યો છું. મનનાં ભૂત ભગાડવાં મુશ્કેલ છે માટે મનને તમારી કલ્પનાઓથી કલુષિત ન કરશો. તમારામાંના ઘણા કામશાસ્ત્ર વિષયક સાહિત્ય પણ વાંચો છો એ મારી ધ્યાન

બહાર નથી પરંતુ મારી તમને વિનતી છે કે આ કામશાસ્ત્રનું સાહિત્ય વાચવાનુ બધ કરજો. ન વાચવા લાયક આ પુસ્તકો ચિત્તમાં જે સૂક્ષ્મ વિકાર-બીજો વાવે છે તે આખા જીવનવૃક્ષને ખાઈ જાય એવા વિષાક્ત હોય છે કામશાસ્ત્રના સાહિત્યનો મને ઠીકઠીક પરિચય છે અને એ જોયા પછી જ હવે હુ કહુ છું કે એ સાહિત્યને અડકશો મા. તમારા કોમળ માનસમા વિષયના બીજો વાવશો મા. પશ્ચિમના ઘણા ભૂતો એમા આવેલા મે જોયા છે. યૌવન એમ તો વિકારી છે જ, તેમા આ અર્ધપક્વ અવિવેકપ્રચૂર વિચારો નિર્દોષ મનને ઓર વિકારી બનાવે છે.

કામશક્તિને કાબુમા રાખવા માટે વિજ્ઞાન તદ્દન નિષ્ફળ નીવડયું છે. એ શાસ્ત્રીયતા તદ્દન અસામાજિક છે એટલે સારા દેખાતાં એ પુસ્તકોનુ વાચન સમાજ માટે ઇષ્ટ નથી એમ હું માનતો થયો છું.

જીવન : એક પ્રચંડ પ્રવાહ

જીવન એ એક એવો પ્રચંડ પ્રવાહ છે કે તે ખાળ્યો ખળાતો નથી. અવગણના કરવાની જરૂર નથી. ગોવર્ધનરામ કહે છે તેમ "કામકામી" નહિ તેમ 'કામદ્વેષી' પણ થવુ ન જોઈએ. કામની મહાશક્તિનો ઉપયોગ નવસર્જનમા વાળી શકાય છે. વિશુદ્ધ સૌન્દર્યભાવના સિવાય કામશક્તિનુ ઊર્ધ્વીકરણ અશક્ય છે. આપણે ગુમાવેલા વારસાઓમાનો એ મોટામા મોટો વારસો છે. સૌન્દર્યભાવના જે પ્રમાણમા ખીલશે, વિશદ બનશે-તે પ્રમાણમા કામશક્તિ વિશુદ્ધ થશે. આખીયે કેળવણીનો ઝોક જ્યારે આ તરફ વળશે ત્યારે આજની શાળાઓમા વિદ્યાર્થીઓમા જણાતી વિકૃત કામવાસના વિશુદ્ધ થશે.

વીર્યસ્રાવથી હીર નીચોવાઈ જતું નથી

મિત્રો ! સ્વપ્નસ્રાવથી ગભરાશો નહિ. એ 'વીર્યપાત'થી તમારું હીર નીચોવાઇ જાય છે એમ ન માનશો. સ્વપ્નસ્રાવમાં જેને

આપણે 'ધાત' અથવા 'વીર્ય' કહીએ છીએ તે નથી જતું. અંગ્રેજીમાં Spermatorrhoea 'સ્પર્મેટોરિયા' અને Prostaturia – 'પ્રોસ્ટેટયુરિયા' આવા બે શબ્દો છે. સ્પર્મેટોરિયા એટલે શુક્રમેહ, જેમાં શુક્ર-વીર્ય મૂત્રમાં જાય. વ્યવાય (સ્ત્રીસેવન) પછી કવચિત્ પેશાબમાં શુક્ર જતું જણાય છે. એમાં શુક્રકીટો હોય છે તે મૂત્રની સૂક્ષ્મ પરીક્ષાથી જોઈ શકાય છે યુવાનોમાં આ શુક્રસ્રાવ ગોટે ભાગે, 'કામજ'-કામુકતાને લઈને થતો જોવામાં આવે છે. પરંતુ ખરો શુક્રમેહ કવચિત્ જ જોવામાં આવે છે. તંદુરસ્ત માણસના પેશાબમાં પણ કેટલીક વખત આ જોવામાં આવે છે. ઝાડોપેશાબ કરતી વખતે ખૂબ કરાંઝવાથી પણ આવો કેવળ શુક્રસ્રાવ જોવામાં આવે છે. પરંતુ સ્વપ્નમાં જે સ્રાવ થાય છે તેમાં શુક્ર નથી હોતું. સ્વપ્નમાં થતો સ્રાવ એ ખરી રીતે પ્રોસ્ટેટ – પૌરુષગ્રન્થિ – નો સ્રાવ હોય છે પ્રોસ્ટેટયુરિયાને આપણે લાલાસ્રાવ કહીશું. મોની લાળ જેવો એ ચીકણો પદાર્થ હોય છે. પુરુષોના બસ્તિદ્વારને ઘેરીને રહેલી અખરોટના ફલના આકારની આ પૌરુષગ્રન્થિમાંથી જે સ્રાવ થાય છે તે મોંની લાળ જેવો ચીકણો હોય છે. સ્વપ્નમાં કામના વિચારો આવે, કોઈ સ્વપ્ન સુંદરી સાથે સમાગમ માને અથવા સમાગમ સાધ્યા વિના દર્શન કે રમણમાત્રથી આવો સ્રાવ થઈ જાય છે. યુવાનોનો જ આ રોગ છે. આમાં શુક્ર નથી હોતું, પૌરુષગ્રંથિનો જ સ્રાવ હોય છે. શુક્ર-વીર્ય શું છે તે દરેકે જાણી લેવું જોઈએ કારણકે સાધારણ રીતે ઘણાખરા શુક્રસ્રાવ અને લાલાસ્રાવ વચ્ચેનો ભેદ સમજતા હોતા નથી એટલે બન્નેને એક જ ગણે છે—અંને જાણે એક જ છે એમ માને છે.

ખરી વસ્તુ

પેશાબ કર્યા પછી છેવટે ધાત જેવાં ૨-૩ ટીપાં ઘણી વખત જવાની કેટલાક ફરિયાદ કરે છે તે આ લાલાસ્રાવનાં જ હોય છે. વધુ પ્રમાણમાં શુક્રસંચય થયો હોય છે તો પણ એ આવે છે, કે

પૌરુષગ્રંથીની માંસપેશીઓ શિથિલ થવાથી પણ જણાય છે. પેશાબ વખતે જેને ખૂબ કરાંઝવું પડે છે તેને પણ આવું થાય છે આને આપણે 'ધાત જાય છે' એમ કહીએ છીએ પરંતુ ખરી રીતે એ લાલાસ્રાવ છે ભોગ સિવાયની અતૃપ્ત કામેચ્છા, હસ્તદોષ, સંતતિનિરોધના સાધન તરીકે સ્વાભાવિક વીર્યવિસર્જન યોનિમાં ન કરતાં, ઉપસ્થને સંભોગની ચરમ અવસ્થામાં બહાર કાઢી લઈ વીર્યવિસર્જન બહાર કરવામાં આવે છે (Coitus interuptus), એથી પણ આમ થવાનો સંભવ છે કેટલીક વખત જીર્ણ ગનોરિયા (આગન્તુ પૂયમેહ) માં પણ આવો લાલાસ્રાવ થાય છે. પ્રબલ ભોગેચ્છા અતૃપ્ત રહેવાને લઈને આ જાતનો સ્રાવ થાય છે આનાથી ભડકવાનું પ્રયોજન નથી વિચારો જ ન આવે એવી પરિસ્થિતિમાં વસવું એ જ એનો ઉપાય છે. વિચારને અંતે ઉત્તેજના, ઉત્તેજનાને અંતે વીર્યસ્રાવ (જેને ખરી રીતે લાલાસ્રાવ કહેવો જોઈએ)—આ એક માનસિક સ્થિતિ છે એમાં ઔષધનો કામ નથી આવતા. ધાતુપુષ્ટિની દવાઓ ખાવાની મુદ્દલ જરૂર નથી. આ યુવાનીનું તોફાન છે એમાંથી પસાર થયે જ છૂટકો એ વિષે જરા પણ વિચાર કરવાની જરૂર નથી

ધીરતાથી સામનો કરજો

આ લેખ લખતાં મને ક્ષોભ થાય છે જ, પરંતુ કેટલાક માનસિક ધ્વજભંગ (Psychic Impotancy)ના દરદીઓનો ઇતિહાસ સાંભળતાં તેઓના મગજમાં હસ્તદોષ અને સ્વપ્નસ્રાવની જે ભયંકર ગ્રંથિઓ જામી હોય છે તે આ વાચ્યા પછીથી તૂટે તો સારું આ બંને કુટેવોનો સામનો ધીરતાથી કરવો. ભગવાનની વિશુદ્ધ મને પ્રાર્થના કરી પવિત્ર વિચારો સેવવા. ઝાડો કબજ રહેતો હોય તો હમેશાં હીમજ હરડેનું ચૂર્ણ ૦ તોલો, હરડે જેટલી સાકર લઈ દૂધ સાથે રાત્રે ફાકવાની ટેવ રાખવી. રસાયનચૂર્ણ

માન્યો છે. સન ૧૮૪૦મા ડૉ. સિડનહામે ક્ષયોપાચારમા શુદ્ધ હવા-પાણી પર બહુ જ ભાર મૂકયો હતો. મહારાણી વિક્ટોરિયાના રાજવૈદ્ય સર જેમ્સ ક્લાર્ક જલવાયુચિકિત્સાના વિશેષજ્ઞ–નિષ્ણાત મનાતા હતા. એમણે પણ પ્રારભિક ક્ષયમા સમુદ્રયાત્રાને લાભકારક ગણી છે, પરતુ એમની માન્યતા હતી કે જલવાયુ હરકોઈ ક્ષયરોગી માટે ઉપયોગી નીવડતા નથી.

જર્મનીમા સૌ પહેલા સન ૧૮૫૪મા ડૉ. બ્રીમરે જલવાયુથી દરદીઓ સારા કરવા માટે એક સ્વાસ્થ્યશાળા (સેનેટોરિયમ) ખોલી હતી. તે પહાડના જલવાયુને ક્ષયોપચારમા સર્વોત્તમ માનતા હતા.

સન ૧૮૮૪મા અમેરિકામા ડૉ. ટ્રુડાને પહેલવહેલી સ્વાસ્થ્ય-શાળા ખોલી હતી.

ઓગણીસમી શતાબ્દીના અંત સુધી પ્રત્યેક પાશ્ચાત્ય દેશના વિદ્વાનોએ ક્ષયોપચારમાં જલવાયુના પ્રભાવ ઉપર ખૂબ જ ભાર મૂકયો હતો; પરંતુ સને ૧૯૦૦મા અમેરિકાના ફિલાડેલ્ફિયા શહેરના ડૉ. ફ્લિકને જલ–વાયુ સંબધી પ્રચલિત વિચારોની વિરુદ્ધમાં પોતાનો અવાજ ઉઠાવ્યો અને જણાવ્યુ કે કોઈ પણ જલવાયુમા કોઈ વિશેષ ગુણ છે જ નહિ. સ્વચ્છ હવાપાણીવાળા પ્રદેશમા રહીને જેવો ઈલાજ થાય છે તેવો જ ઈલાજ એટલી જ સફળતા સાથે રોગી ઘર આગળ રહીને પણ લઈ શકે છે. જે રોગીઓ સારા થવાના હોય છે તે ઘર છોડયા વિના પણ સારા થઈ શકે છે.

મૃત શરીરોની પરીક્ષા કરવાથી એ સ્પષ્ટ જણાય છે કે ઘણાયે મનુષ્યોમાં સારા થયેલાં ક્ષયાઘાતનાં ચિહ્નો મળે છે. જો કે ન તેઓ કોઈ સ્વાસ્થ્યશાળામાં ગયા હતા કે ન તેઓ કોઈ સુંદર પર્વત–પ્રદેશ ઉપર રહીને કોઈની સારવાર હેઠળ રહેલા. આથી એ ચોક્કસ થાય છે કે ક્ષયરોગ ગમે તે પ્રકારના હવાપાણીમાં સારો થઈ શકે છે.

બોસ્ટનના ડૉ બોડીચે પ્રમાણદ્વારા સિદ્ધ કરી બતાવ્યુ છે કે શહેરની નજીકની સ્વાસ્થ્યશાળાઓમા રહીને દવાદારૂ કરાવનારા રોગીઓને એટલો જ લાભ થાય છે જેટલો કોઈ સારા હવાપાણીનાળા પ્રદેશમા જવાથી થાય છે

આ રીતે કેટલાયે ચિકિત્સકોએ હવાપાણી વિરુદ્ધ પોતાના અનુભવસિદ્ધ મત પ્રગટ કર્યો છે, પરતુ આ છતાયે હવાપાણીના પક્ષમા સારી બહુમતી છે એ ન ભૂલવુ જોઇએ હા, બધા રોગીઓને હવાપાણીથી લાભ જ થાય છે એમ પણ નથી તેમ સસારમા એવો અકેય દેશ ભાગ્યે છે કે જ્યાના હવાપાણીથી ક્ષયરોગીઓ સારા જ થાય છે યદ્યપિ હવાપાણીનો ક્ષયરોગ ઉપર કોઈ પ્રત્યક્ષ પ્રભાવ નથી તો પણ અપ્રત્યક્ષ રૂપથી રોગનિવારણના કાર્યમા એનાથી બહુ સારી સહાયતા મળે છે એ વાત તો નિસદેહ જ છે

હવાની શરદી અને ગરમી (Temperature & humidity of air)—બધા લોક જાણે છે કે અધિક શરદી યા અધિક તાપ હાનિકારક છે, અને અત્યધિક થવાથી તે પ્રાણઘાતક નિવડે છે હવાની શરદી યા ગરમી ન્યૂનાધિક થવાથી શુ થાય છે તેનુ હવે ઠીકઠીક જ્ઞાન આપણી પાસે સચિત થયુ છે

શરીર ઉપર હવાની ગરમીનો જે પ્રભાવ પડે છે, તે કેટલેક અશે હવાની આર્દ્રતા ઉપર નિર્ભર છે "ન્યુ સ્ટેટ વેન્ટીલેશન" કમિશને બહુ પ્રયત્નપૂર્વકની ખોજ પછી આ વાતનો પત્તો લગાવ્યો છે કે ૮૬° ફા૦ અથવા તેથી વધુ તાપ–પરિમાણનો ૮૦ પ્રતિશત આર્દ્રતાની સાથે મનુષ્યશરીર ઉપર હાનિકારક પ્રભાવ પડે છે એથી શરીરની ગરમી અને નાડીનો વેગ વધી જાય છે, રક્તનાડીઓ શિથિલ થઈ જાય છે, શ્વાસમાર્ગની શ્લેષ્મત્વચા શિથિલ થઈ જાય છે અને શરીરની કાર્યશક્તિ પણ કમી થઈ જાય છે પરતુ ६८°

ફા હા તાપ-પરિમાણુ અને ૫૦ પ્રતિશત આર્દ્રતાનો બિલકુલ ઊલટો પ્રભાવ પડે છે

આથી ઊનડું શીતલ અને શુષ્ક હવા ઉત્તેજક હોય છે પરંતુ એ જીરવવા માટે એ સહન કરવા માટે રોગીમા બળની આવશ્યકતા છે યદિ રોગીમા રોગવૃદ્ધિ, જીર્ણતા તથા અન્ય કોઈ કારણથી સહનશક્તિ નથી હોતી તો શીતલ હવાનો પ્રભાવ અહિતકર જણાય છે આ સહનશક્તિમા મુખ્ય વાત શરીરમાં ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય છે એ છે કારણ કે શીતલ વાયુ શરીરની ગરમીને હરી લે છે હવા શુષ્ક થવાથી ઠંડી અને ગરમી બન્ને જાતની હવાનો અહિતકર પ્રભાવ કમ થઈ જાય છે હવાની આર્દ્રતા ઓછી હોય છે તો શ્વાસમાર્ગની શ્લેષ્મકના ઉપર લાભદાયક પ્રભાવ પડે છે. આર્દ્રતાની અધિકતા હાનિકારક નીવડે છ

હવાની ગતિનો પ્રભાવ (movements of air)

હવાની ઠંડી અને ગરમીના પ્રભાવથી હવાની ગતિમા પણ ઘણું મોટું અંતર પડે છે જ્યારે હવાપાણી ઉષ્ણ અને આર્દ્ર હોય છે ત્યારે હવાના ચલનથી શરીરની ગરમી ઓછી થઈને આરામ લાગે છે પ્રત્યેક મનુષ્યે અનુભવ કર્યો હશે કે જ્યારે ચોમાસામા વર્ષા ઋતુની ઉષ્ણ અને આર્દ્ર હવા સ્થિર-નિશ્ચલ થઈ જાય છે ત્યારે શરીરને કેટલી બધી બેચેની લાગે છે! પરંતુ જ્યારે પવન નીકળે છે ત્યારે એ બેચેની દૂર થઈ જાય છે

ઠંડો પવન શરીરની ગરમીને ખેંચે છે એટલે શરીરમા ગરમી ઉત્પન્ન કરવાની આવશ્યકતા પડે છે જ્યારે પવન બહુ ઠંડો અને સાથે ભેજવાળો હોય છે ત્યારે પવન આપણને અપ્રિય લાગે છે અને બેચેની જણાય છે

અધિક ગરમીયુક્ત હવા જેને આપણે 'લૂ' કહીએ છીએ તે પણ શરીરને માટે સારી નથી—એવી રીતે બહુ ઠંડી હવા પણ સારી

નથી. શીતલ અને મૃદુલ સમીર, જેની કવિઓએ પ્રશંસા કરી છે, શરીર માટે ઉત્તમ છે. આથી સિદ્ધ થાય છે કે વાયુની ગતિનો પણ શરીર ઉપર સારો યા નરસો પ્રભાવ પડે છે.

વાયુની ચંચલતા (Variability of air)—હવાની ઉષ્ણતા, આર્દ્રતા તથા ગતિમાં દિવસ, રાત તથા ઋતુ અનુસાર નિરંતર પરિવર્તન થયા જ કરે છે. હા, સમુદ્રતટ જેવા સ્થાન પર આવું પરિવર્તન બહુ જ જુજ થાય છે અને હવા લગભગ એક જ સરખી રહે છે. કોઈ કોઈ સ્થાનમા અત્યધિક પરિવર્તન થાય છે. હવાની આ ચંચળતાની મનુષ્યશરીર ઉપર જબરી અસર થાય છે.

શોધથી પુરવાર થયું છે કે જો વાયુની ચચનતા અધિક ન હોય તો તે સ્વસ્થ તથા ક્ષયવાળા માટે લાભદાયક નીવડે છે, પરંતુ તે અધિક હોય છે તો તેને મનુષ્યશરીર સહન નથી કરી શકતું.

વાયુની વિરલતા (Rarefaction of air)— વાયુમાં વિરલતા કેવળ પહાડો ઉપર જ મળી આવે છે. અર્વાચીન કાળમાં વાયુની વિરલતાના વિષય ઉપર બહુ ભારે વાદવિવાદ ચાલ્યો છે, ઓગણસમી શતાબ્દીના ઉત્તરાર્ધમા વાયુની આ દશા ઉપર બહુ જોર દેવામા આવ્યું છે.

હવા પર ઊંચાઈનો પ્રભાવ હવે લગભગ નિશ્ચિત રૂપથી આપણને જ્ઞાત થઈ ગયો છે. ડુંગરો ઉપર હૃદય અને શ્વાસની ગતિ વધી જાય છે. અને એનું કાર્ય પણ અધિક થાય છે. મનુષ્ય જ્યારે પહેલીવાર પહાડ ઉપર જાય છે તો એનો શ્વાસ ફૂલવા લાગે છે, પરંતુ કેટલોક સમય બાદ તે સહન કરી શકે છે. જ્યારે હૃદય સ્વસ્થ થાય છે ત્યારે અધિક કાર્યની માગને પહોંચી વળવા માટે તે મોટું થાય છે, તેની દીવાલો પણ મોટી થાય છે. એટલે પહેલાના કરતાં રક્તસચાલન અધિક સરસ થાય છે. પરંતુ હૃદય નિર્બળ હોય

અથવા એવી દશામા જ્યારે રક્તનો વેગ પહેલાથી જ અધિક હોય તો ઊંચાઇથી હાનિ થાય છે અને અનિદ્રા ઉત્પન્ન થાય છે.

ઊંચાઈ ઉપર રક્તકણોની સંખ્યા વધે છે તેમ જ તેનો રંગ પણ ઘેરો થઈ જાય છે. સફેદ કણો (mononuclear leucocytes) પણ વધે છે. બહુ ઊંચાઈ ઉપર હવા વિરલ હોવાથી તે શીતલ, શુષ્ક અને ચચલ હોય છે. આ બધાનો પ્રભાવ લાભદાયક નીવડે છે. ઊંચાઈની હવા ધૂળ તથા અન્ય અશુદ્ધ પદાર્થોથી દૂષિત હોતી નથી. અને ધૂળ તથા આર્દ્રતાના અભાવને લીધે રશ્મિકિરણોનું પ્રેષણ (transmission) પણ સરસ થાય છે.

સૂર્યપ્રકાશનો પ્રભાવ—સૂર્યપ્રકાશનો મનુષ્યશરીર ઉપર નિર્દિષ્ટ પ્રભાવ પડે છે, પણ આ વિષય ઉપર હજી બહુ ઓછું જાણવાનું મળે છે. સૂર્યપ્રકાશમાં પ્રકાશખંડ (spectrum) નાં ultra violet rays લાભદાયક હોય છે.

સૂર્યપ્રકાશ લાભદાયક અવશ્ય છે જ પણ એની અધિકતા—વિશેષકર જ્યારે હવાની ગરમી પણ અધિક હોય—હાનિકારક નીવડે છે.

વાદળ, વરસાદ અને ઝાકળનો પ્રભાવ— વાદળ, વરસાદ અને ઝાકળનો પ્રભાવ સૂર્યપ્રકાશથી બિલકુલ વિપરીત હોય છે. વર્ષાઋતુમાં યદ્યપિ ધૂળ ઇત્યાદિ દૂષિત પદાર્થ દૂર થઈ જવાથી વાયુમંડલ શુદ્ધ થયેલું હોય છે અને સર્વત્ર લીલોતરીનાં દર્શન થાય છે. પરંતુ અધિક અને એકસામટો વરસાદ થવાથી હાનિ થાય છે.

પ્રાકૃતિક સૌન્દર્યનો પ્રભાવ—પહાડ, ઝાડી, મેદાન, હરિયાળી અને ભૂમિની પ્રવેશ્યતા (permeability of soil) આદિ સ્થાનીય વિશેષતાઓની હવાપાણી ઉપર અસર પડે છે. પહાડો ઉપર આંધી ભાગ્યે આવે છે, તેમ હવાનો વેગ પણ અત્યધિક નથી હોતો. પહાડોની પ્રાકૃતિક શોભાનો રોગીની માનસિક દશા ઉપર બહુ સારો પ્રભાવ પડે છે.

વૃક્ષ અને જંગલ વાવાઝોડાનાં તોફાનોથી રક્ષા કરે છે અને પ્રાકૃતિક સૌન્દર્યને વધારે છે. કેટલાક લોક કહે છે કે ચીડનાં જંગલોનો ક્ષયરોગ ઉપર હિતકર પ્રભાવ હોય છે પરંતુ એ વિષે હજી સુધી કોઈ સંતોષજનક પ્રમાણ નથી મળ્યું.

રેગિસ્તાનમાં રેતીથી સૂર્યપ્રકાશ અને ગરમીની તેજી વધે છે અને હવા પણ અધિક ફૂંકાય છે. આ સ્થાનોમાં આંધી પણ અધિક હોય છે અને મેદાનનાં દશ્યોની સમરૂપતાનો ચિત્ત ઉપર મ્લાન પ્રભાવ પડે છે.

હવાપરિવર્તનનો પ્રભાવ

હવાફેરના ગુણાવગુણને છોડી દઈએ તો પણ કેવલ સ્થાનફેરથી જ બહુ સારો લાભ થાય છે. ઘણાયે વૈદ્યડૉકટરોને આ વાતનો બહુ સારો અનુભવ છે. મહિનાઓ સુધી દવા કરીકરીને થાકેલો દરદી બહાર જતાં વેંત જ સારો થવા લાગે છે.

હવાફેરનો રોગી ઉપર કંઈ સાંકેતિક પ્રભાવ (influence of suggestion) પણ પડે છે. રોગીઓએ સાંભળ્યું હોય છે કે ક્ષયરોગ માટે ચોખ્ખી હવા જરૂરી છે. કોઈ કારણથી તે બહાર જઈ શકતો નથી તો તેને બિચારાને ખેદ થાય છે અને તે નિરાશ રહે છે. બહાર જવાનું નક્કી થતાં જ તે ખુશીમાં આવી જાય છે અને તેને જરૂર સારું પણ થાય છે. ઘર આગળ જે આરામ, સાધન, શાંતિ તેને મળે છે તે બહાર નથી મળતાં છતાંય તેની સ્થિતિ બહાર જતાં સારી રીતે સુધરે છે.

પહાડી લોકો ઉપર પણ સ્થાનપરિવર્તનનો પ્રભાવ સ્પષ્ટ જણાય છે. જ્યારે એ લોકોને ક્ષય થાય છે ત્યારે એ લોકો શહેરમાં રહેવા જાય છે અને ત્યાંનાં હવાપાણી ખરાબ હોવા છતાંય કેવળ સ્થાન-પરિવર્તનથી તેઓ સારા થઈ જાય છે.

કેટલાક લોકો સારામાં સારાં આરોગ્યભવનોમાં સારામાં સારી સારવાર હેઠળ મહિનાઓ સુધી પડયા રહે છે છતા તેમની તબિયત સુધરતી નથી જણાતી. એ દરદી જ્યારે પોતાના વતનમા જાય છે ત્યારે બહુ સારો થઈ આવે છે. જન્મભૂમિ ઉપર એનો જે વિશ્વાસ, પ્રેમ અને શ્રદ્ધા–એ એને માટે જવાબદાર છે.

ઘર આગળ દરદીને અનેક ઉપાધિઓ રહે છે. એકાત સ્થાનમાં મોકલવાથી આ બધી મુશ્કેલીઓ ટળી જાય છે. ઘરની ચિંતાથી તે તદ્દન મુક્ત થઈ શકે છે.

કેવા રોગીઓએ ઘર ન છોડવું ?

કેટલાક વૈદ્યડોક્ટરો જે ક્ષયના દરદીઓને તેમની પાસે આવે છે તેમને એકદમ હવાફેર માટે સલાહ આપી દે છે પણ આ એમની મોટી ભૂલ છે. કેટલાક દરદીઓ એવા હોય છે કે જેમને ઘરની બહાર જતાં મોટી હાનિ થાય છે. ઉગ્ર ક્ષયવાળા—ખાસ કરીને જેમને ખૂબ તાવ રહે છે તેવાઓ—જેમને કફ સાથે લોહી પડતુ હોય તેવાઓ, લાસ્ટ સ્ટેઈજવાળાઓ, જૂના વખતના રોગીઓ ને માર્ગના કષ્ટને જે સહન કરી શકે એમ ન હોય તેવાઓએ ઘર છોડીને બહાર જવું ન જાઈએ. આવા રોગીઓએ તો ઘર આગળ કે ઇસ્પિતાલમાં ખાટલામાં પડી જ રહેવું જોઈએ, આરામ લેવો જોઇએ. આ વિષયમાં બેપરવા રહેવાથી ભારે નુકસાન થાય છે. લોકોનો અનુભવ એવો છે કે લગભગ ૨૫ ટકા ક્ષયના દરદીઓ ઘરની બહાર જવા માટે યોગ્ય નથી હોતા.

આ સિવાય ઘણા દરદીઓ એવા હોય છે કે જેઓ પોતાની સંકુચિત આર્થિક દશાને કારણે ઘર બહાર જઈ શકતા નથી. ચિકિત્સક રોગીને ઘર બહાર જવાની સલાહ આપે તે પહેલાં એ રોગીની આર્થિક સ્થિતિ જાણી લેવાની ખૂબ જ જરૂર છે. અધિકાંશ ક્ષયરોગી નિર્ધન હોય છે. પથારીવશ થયા પહેલાં રોગીની આર્થિક

સ્થિતિ સહેજ સારી હોય છે તો તો બીમાર પડયા પછી વ્યવસાય બંધ પડવાથી જે કંઈ હોય છે તે દવાદારૂમાં ખર્ચાઇ જાય છે. બહાર હવામાં ખર્ચ તો ખૂબ જ આવે છે. એટલે હવાફેર માટે કોઈને કહેતા પહેલાં ખૂબ જ વિચાર કરવો જરૂરનો છે.

વૈદ્યડોકટરોના શબ્દોમાં લોકોને વિશ્વાસ હોય—કે જ્યારે ચિકિત્સક બહાર જવાનું કહે અને પોતે સાધનના અભાવે બહાર જઇ શકતો નથી ત્યારે તે બિચારો પોતાના ભાગ્યને નિંદે છે અને હંમેશ ગમગીન રહે છે.

હવાફેર અને ખર્ચ

ડૉ. ડોમસન ફ્રેઝર—જેઓએ હવાફેરના વિષયમા પુષ્કળ અનુશીલન કર્યું છે—તે કહે છે કે ક્ષયરોગનિવૃત્તિ અને રોગીની આવકને ઘનિષ્ટ સંબંધ છે. કોઈ પણ સારી હવાવાળા સ્થાનમાં જતાં અગાઉ દરદીએ સંપૂર્ણ આવશ્યક સામગ્રી સાથે લઈ લેવી જ જોઈએ. જો એની પાસે પર્યાપ્ત ધન ન હોય તો બહેતર છે કે તેણે બહાર ન જ જવું.

ભારતવર્ષમાં એક સાધારણ ક્ષયરોગીને હવાફેર માટે કોઈ સારી પહાડી જગાએ જવું હોય તો ઓછામાં ઓછા માસિક રૂ. ૧૦૦) ના ખર્ચનો પ્રબંધ કરવો જ જોઈએ. વળી એક વાત અત્રે ખાસ યાદ રાખવી જોઈએ કે ક્ષયરોગીઓને ૧–૨ મહિનાના હવાફેરમાં કંઈ જ લાભ થતો નથી. પૂરો લાભ ઉઠાવવા માટે તેણે ઓછામાં ઓછા ૬ થી ૭ માસ તો રહેવું જ જોઈએ. ઓછામા ઓછા ૧૦૦૦ રૂપિયાની સવડ હોય તો જવું. [આ આંકડા ઇ.સ. ૧૯૩૦ના છે...]

કેટલાક દરદીઓ સ્વભાવથી જ ગૃહાસક્ત હોય છે. ઘર છોડતાં જ તેઓ ગભરાઈ જાય છે. સારામાં સારી હવામા રહેવા છતાં ગૃહ–

વિયોગની માનસિક પીડાથી તેઓને કંઈ જ લાભ થતો નથી. આ દશા ખાસ કરીને સ્ત્રીઓમાં બહુ હોય છે. જેમ રોગનો વેગ વધારે તેમ ગૃહવિરહાર્તતા વધારે.

દરદીને હવાફેર માટે કયાં મોકલવો?

બધા માને છે કે કોઈ પણ હવાપાણી ક્ષયરોગને માટે સર્વોત્તમ નથી જ. તેમ સાથે સાથે એ પણ સાચું છે—સર્વમાન્ય છે કે રોગનિવારણમાં કેવળ હવાપાણીથી જ રોગ સારા થતા નથી. અનુભવથી જણાયું છે કે હવાપાણીની અપેક્ષા ઇલાજના નિયમોના પાલનનું જ મહત્ત્વ અધિક છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો વિના-સંયમ જલવાયુથી કોઈ લાભ નથી. તેમ આથી વિપરીત એકલા સંયમથી પણ શુદ્ધ હવાપાણી વિના બહુ જુજ લાભ થાય છે. એટલે રોગીને હવાફેર માટે કોઈ જગોએ મોકલતા પહેલાં હવાપાણી વિના નિમ્નલિખિત વાતો ઉપર ધ્યાન આપવું જોઈએ.

પ્રથમ તો એ જોવું જોઈએ કે જ્યાં આપણે દરદીને મોકલવા માગીએ છીએ ત્યાં આગળ દરદીને રહેવા માટે મકાન અને ખાવાપીવાનો સમુચિત પ્રબંધ છે કે કેમ? કારણ કે રોગી એકલી હવાથી ઓછો જ જીવવાનો છે? સારી હવાથી જે લાભ થાય છે તે બધો ખરાબ ભોજન અને ખરાબ રહેઠાણની જગાથી મારી જાય છે.

બીજું, રોગી જ્યાં જવાનો હોય ત્યાં આરોગ્યભવન કે સારા ચિકિત્સક હોવા જોઇએ. ક્ષયોપચારમાં આરામ અને પરિશ્રમનો નિર્ણય કરવાનું પ્રમાણ અતિ કઠિન પણ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. રોગી પોતે આ વાતનો નિર્ણય કદી કરી શકતો નથી. એટલે કોઈ કુશળ ડોકટરનો પરામર્શ લેવો આવશ્યક છે. જો કે આ બધી વાતો સાથે હવાફેરને કોઈ પ્રત્યક્ષ સંબંધ નથી છતાંય તેનો વિચાર કરવો જોઈએ.

પહાડી હવાપાણી

હવાફેરનો નિશ્ચય થતાં વેંત જ રોગી અને ચિકિત્સક બન્નેના ચિત્તમાં પ્રથમ પ્રશ્ન પહાડ પર જવા સંબંધમાં થાય છે. પ્રાચીન કાળથી પહાડની હવા સર્વોત્તમ મનાય છે. અત્યારે પણ ઘણીખરી આરોગ્યશાળાઓ પહાડ ઉપર જ આવેલી છે.

પણ હજી આ વાતની પાકે પાયે ખાતરી નથી થઈ કે પહાડનાં હવાપાણી ક્ષયરોગી માટે કેમ હિતાવહ છે? આ વિષયમાં અનેક સિદ્ધાંતોની કલ્પના કરવામાં આવી છે પણ પ્રયોગથી હજી તે સિદ્ધ નથી થઈ. પહાડની હવા શુદ્ધ છે એમાં તો કોઈ જાતનો સંદેહ છે જ નહિ. જનસમાજના અભાવે ત્યાંનાં હવાપાણી શુદ્ધ હોય છે. પહાડી વાયુમાં ઉષ્ણતા અને આર્દ્રતા ઓછાં હોય છે. ચાર હજાર ફીટથી ઊંચી ટેકરીઓ ઉપર ગ્રીષ્મઋતુમાં પણ સારી ઠંડી લાગે છે. લોકો કહે છે કે પહાડી વાયુમાં ઓઝોન વિશેષ છે, જે બહુ લાભદાયક છે. પહાડની હવા વિરલ હોય છે. વિરલતાથી જે લાભ થાય છે તે પહેલાં કહેવાઈ ગયું છે પહાડી લોકોને ક્ષય ભાગ્યે જ થાય છે એટલે પણ પહાડી વાયુની કિંમત વધી છે. પણ અત્યારે જે પહાડો ઉપર ધનવાનો જઈ વસ્યા છે અને જીવનનિર્વાહની મુશ્કેલીઓ ઊભી થઈ છે ત્યાંના પહાડી લોકોને પણ ક્ષય થતો જોવામાં આવે છે.

આથી એ સિદ્ધ થાય છે કે ક્ષયરોગનિવારણમાં સામાજિક તથા આર્થિક દશાનું મહત્ત્વ પહાડો પર પણ એટલું જ છે, જેટલું સમતલ ભૂમિ યા સમુદ્રતટ પર છે. ધનના અભાવવાળો પહાડ પર જાય કે મુંબાઈની ચાલીમાં રહે બધું સમાન જ છે.

પહાડી હવાપાણીની વિધેયતા

પહાડી જલવાયુ દરેક ક્ષયરોગી માટે અનુકૂળ પણ નથી. કેટલાક રોગીઓ માટે પહાડ પર જવાનો નિષેધ છે. જે રોગીઓમાં

ક્ષયરોગનો નિશ્ચય થયો હોતો નથી, પરંતુ લક્ષણોથી સંદેહ થયો હોય છે, તેવાઓને પહાડ ઉપર મોકલવા સારું છે. પણ ઓછી આવકવાળાને સંદેહ ઉપરથી ત્યાં મોકલવો ઇષ્ટ નથી.

જે રોગી નિર્બલ, રક્તહીન અને ધૈર્યહીન હોય છે, જેના હૃદયમાં હમેશાં ક્ષય હોવાનો ભય ભર્યો હોય છે, અથવા જેને કોઈ ડૉક્ટરે 'તને ક્ષય છે' એમ કહ્યું હોય છે—પરંતુ સાવધાનીથી તપાસ કરતા તેમાં ક્ષયનાં કોઈ ચિહ્ન નથી મળી આવતાં એમાંના ઘણાખરાને પહાડ ઉપર મોકલવાથી લાભ થાય છે. આજકાલ ક્ષયરોગનો ડર એટલો બધો ફેલાયેલો છે કે કંઈ રોગ થતાં તેને ક્ષય થવાની ગંધ આવે છે! આવા લોકોને જો તેઓ વ્યય કરી શકે એવા હોય તો પહાડો ઉપર મોકલવા.

આમાંના કેટલાકને તો અસંપ્રાપ્ત ક્ષય (abortive T. B.) હોય છે, જે દવાફેર અને આરામથી તરત જ સારા થઈ જાય છે.

ક્ષયરોગની શરૂઆતમાં પહાડ ઉપર જવાથી ફાયદો થાય છે. ત્યાં આગળ રોગીને ભૂખ ઠીક લાગે છે, રક્ત પણ ભરાય છે, વજન વધે છે અને શારીરિક સ્થિતિ સુધરવા લાગે છે.

રોગસંપ્રાપ્તિની અવસ્થામાં પણ યદિ રોગ અધિક ન વધ્યો હોય અને ઘર આગળ રહીને ઓસડ કરાવતાં કંઈ લાભ ન થયો હોય તો તેના દરદીને પણ પહાડ ઉપર મોકલી આપવો.

પહાડ પર ક્યારે જવું જોઈએ?

ચાર હજાર ફીટથી ઓછી ઊંચાઈના ડુંગરો ઉપર મનુષ્ય બારે માસ રહી શકે છે. પરંતુ અધિક ઊંચાઈ ઉપર શીત અધિક હોવાને લીધે નવેમ્બરથી જાન્યુઆરી સુધી રહેવું બહુ કઠિન હોય છે. લોકો સાધારણ રીતે માર્ચમાં પહાડ ઉપર જાય છે અને નવેમ્બરમાં પાછા આવી જાય છે. પહાડી આરોગ્યભવનો શીત કાળમાં પ્રાયઃ બંધ રહે છે પહાડો ઉપર સૌથી ઉત્તમ ઋતુ સપ્ટેમ્બર-ઓક્ટોબરની હોય છે.

પહાડ પર જવાનો નિષેધ

લારટ સ્ટેઈજ, નિરંતર જ્વર, રોગી નિર્બલ થયો હોય, સોજા આવ્યા હોય, જેને શ્વાસ ચઢી આવતો હોય તેવાઓએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ. ડો. નાઈટનો અભિપ્રાય છે કે ૫૦ વર્ષથી અધિક ઉમ્મરના દરદીઓએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ.

હૃદયની ગતિ અધિક હોય, નાડીની ગતિ એક મિનિટમાં ૧૦૦થી વધુ હોય, આરામ લેવાથી પણ તે કંમી ન થતી હોય—ત્યારે રોગીએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ.

બધી ઈંદ્રિયોનો હ્રાસ થઈ રહ્યો હોય, સ્વરભંગ થયો હોય, ઉદરનો ક્ષય હોય,—એવાઓએ ન જવું જોઇએ.

અનુભવી ડૉક્ટર શ્રોડરનું કહેવું છે કે જે રોગીઓને હૃદયના અપકર્ષનાં ચિહ્ન હોય—એવાઓએ ૧૦૦૦ ફીટથી વધુ ઉંચાઈ ઉપર ન જવું જોઈએ..

કહેવાય છે કે પહાડ ઉપર કફ સાથે લોહી અધિક પડે છે. પરંતુ આ વાતનું હજી સુધી કોઈ સંતોષજનક પ્રમાણ નથી. ઉપલબ્ધ પ્રમાણોથી વિદિત થયું છે કે સાધારણ ઉંચાઈ (૨,૦૦૦ થી ૫૦૦૦ ફીટ) પર રક્તનિષ્ટીવન (Haemoptysis) સમતલ ભૂમિની અપેક્ષા અધિક નથી હોતું. કેટલાક રોગીઓને કફ સાથે રકત પડતું જોતાં વેંત તરત જ પહાડ ઉપરથી જતા રહેવા અને તળેટીમાં રહેવાનો હુકમ મળી જાય છે એ બહુ ખેદની વાત છે.

સામુદ્રિક હવાપાણી

પ્રાચીન કાળમાં ક્ષયરોગીઓને સમુદ્રયાત્રાનો આદેશ દેવામાં આવતો. પરંતુ આજકાલ સમુદ્રયાત્રાનો પરિત્યાગ છે. આથી પુરવાર થાય છે કે સમુદ્રયાત્રાથી અતીત કાલમાં સફલતા પ્રાપ્ત નહિ થઈ હોય. ઘણા રોગીઓ એવા હોય છે કે જેઓ પહાડ ઉપર જઈ શકે એવા નથી હોતા, તેવાઓ સમુદ્રયાત્રા માટે પુછે છે.

સમુદ્રતટની હવા પ્રાય એકસરખી રહે છે, એની ઉપર ઋતુઓનો પ્રભાવ બહુ જુજ પડે છે ડો શ્રોડરના કથનાનુસાર સામુદ્રિક વાયુનો હૃદય અને રક્તનાડીઓ ઉપર બહુ સારો પ્રભાવ પડે છે—એવી હવામા હૃદયની કાર્યશક્તિ વધે છે અને નાડીની ગતિ ધીમી થઈ જાય છે વાયુની સઘનતાથી શ્વાસ ગહન અને ધીમો થતો જાય છે ત્વચા અને શ્લેષ્મકલાની શક્તિ પણ વધતી જાય છે. એટને શ્વાસાવરોધ અને જૂની ખાસીનાગા રોગીઓ માટે સમુદ્રતટ પર જવાથી લાભ છે.

સમુદ્રયાત્રા

ક્ષયરોગીઓએ સમુદ્રયાત્રા બહુ ઓછી કરવી જોઇએ—યાત્રાની તકલીફ તેમ જ ખાનાપીના તેમ જ રહેવાની સકીર્ણતાને લીધે આ ઉપરાત sea-sickness (સમુદ્ર-પ્રચ્છર્દિકા)થી પણ નુકસાન થાય છે એટલે ક્ષયરોગમા સમુદ્રયાત્રાનો નિષેધ છે.

સમુદ્રતટ

આ તો અનુભવની વાત છે કે ઘણાયે ક્ષયના દરદીઓ સમુદ્ર-કિનારાની હવાથી સારા થઈ જાય છે જે રોગીઓને કફ સાથે લોહી પડે છે તેવા દરદીઓએ કદી સમુદ્રતટ પર ન રહેવુ જોઇએ.

સત્રોલ્મણ ક્ષય (Fibroid pthisis)મા અને શ્વાસાવરોધ-યુક્ત ક્ષયમા સમુદ્રતટ પર રહેવાથી લાભ થાય છે જે રોગી હૃદય અને વૃક્કના ઉપદ્રવોના કારણોથી પહાડ પર ન જઈ શકયા હોય તેવાઓને પણ સમુદ્રતટ પર જવાથી લાભ થાય છે વૃદ્ધ રોગી પણ સમુદ્રતટ પર સાગ રહે છે જે રોગીઓને ક્ષય સાથે સધિવા, મધુમેહ વસાવૃદ્ધિ ઇત્યાદિ દોષ ઉપસ્થિત હોય છે તેનાઓ માટે પણ સમુદ્રતટ સારુ સ્થાન છે ચરમાવસ્થામા, નિરતર જ્વરમાં, સ્વરભગ અને આતરડાના ઉપદ્રવોમા ઘરની બ્હાર જવુ ઇષ્ટ નથી એ કહેવાની અને જરૂર જ ન હોય

રણનાં જલવાયુ

રણની હવાનો મુખ્ય ગુણ તેની ચંચલતા છે. ત્યાંની હવામાં પરિવર્તન શીઘ્ર અને અધિક થાય છે. વાયુ જો કે શુદ્ધ હોય છે છતાં ધૂળયુક્ત હોય છે. સૂર્યપ્રકાશ બહુ હોય છે. આથી રોગીમાં અધિક સહનશક્તિની જરૂર. રોગીની શક્તિનો વ્યય પણ વધુ. એટલે જે લોકોમાં યથેષ્ટ સામર્થ્ય હોય તેવાઓએ જ ત્યાં જવું જોઈએ. નિર્બલ, બાળક અને વૃદ્ધ રોગીઓએ ત્યાં ન જવું જોઈએ. રણનું દૃશ્ય ચિત્તાકર્ષક પણ નથી હોતું. સર્વત્ર મેદાન જ મેદાન જણાય છે.

આ અનુભવની વાત છે કે જે રોગીઓને ક્ષયની સાથે શ્વાસરોગ અને વાય્વાવરોધ (Emphysema) હોય છે, તેવાઓને રણની હવા બહુ સારી માફક આવે છે.

પ્રબોધન

આ લેખને સમાપ્ત કરું તે પહેલાં હું ફરીથી ખૂબ ભાર દઈને કહું છું કે કેવલ ઉત્તમ વાયુથી જ ક્ષયના રોગીઓનું કલ્યાણ થઈ શકતું નથી. રોગનિવારણ માટે રહેવાનો તેમ જ ખાવાનો સમુચિત પ્રબંધ અનિવાર્ય છે.*

* 'વિશાલ ભારત' ઑગસ્ટ, ૧૯૩૦; લેખક : ડૉ શંકરલાલ ગુપ્ત એમ. બી. બી એસ.



૫ : આરોગ્ય ! ક્યાં છે ?

'આરોગ્ય અંક' માટે શું લખું ? મારી ચોતરફ હું આરોગ્યવિઘાતક વાતાવરણ જોઈ રહ્યો છું અને લાચાર બની એનો સાક્ષી બની રહ્યો છું. વ્યાસજીએ મહાભારતને અંતે નિઃસાસો

નાખી, ઊંચા હાથ કરી કહ્યું છે કે, "હું પોકારી પોકારીને કહું છું, પરન્તુ મારું કોઈ સાંભળતું નથી. અરે લોકો ! ધર્મનું આચરણ કરો. ધર્મમાંથી જ અર્થ અને કામ પ્રાપ્ત થાય છે તો તેવા ધર્મનું પાલન તમો કેમ કરતા નથી ?" આરોગ્ય સંબંધી પ્રચાર મેં આજ દિન સુધી ઠીક ઠીક કર્યો છે, મેં ઠીક ઠીક લખ્યુ છે; પરન્તુ આજે હું જોઉં છું કે તેનું પરિણામ કશું જ નથી આવ્યુ.

ભરબપોરે આપણા વિદ્યાર્થીઓને ગમે તેવી ગંદી હોટલોમાં ભરાઇ ઊની ઊની ચા પીતા હું જોઉં છું ત્યારે મને લાગે છે કે આપણામા સ્વચ્છતાની કિંમત કંઈ જ નથી. ગમે તેવા એઠા કપો મોઢે માંડતાં એમને જુગુપ્સા કેમ નથી થતી ? કઈ જાતનો લત્તો છે, કઈ જાતની હોટલ છે, આ બધુ જાણ્યા જોયા વિના ગમે તેવો ચા ઢીંચવામાં આપણા જુવાનોને કોઈ ઓર જ રસ આવતો લાગે છે. કોલેજના વિદ્યાર્થીઓની પણ આ જ દશા છે ! આવા તાપમાં, આવા ગલીચ વાતાવરણમા, ચા ઢીંચવો એમાં એમને જરા પણ ખોટું જણાતું નથી. સ્વચ્છતાની દૃષ્ટિ સાવ પરવારી ગઈ અને સૌન્દર્યદૃષ્ટિ તો હવે સિનેમાની સ્ટારોમાં જ પર્યાપ્ત થઈ ગઈ છે. આ આપણી આવતી કાલ ! ભવિષ્યના નાગરિકો ! આને જોઈને હું હતાશ થાઉં છું.

મ્યુનિસિપાલિટીના પ્રમુખ જાતે ડોકટર હોવા છતાંય ભાત-ભાતના રંગીન શીશીઓમાં ભરેલાં શરબતો વેચાઈ રહ્યાં છે અને કુમળાં બાળકો એ ઝેરી રંગવાળાં શરબતો પીએ છે. એ પાણી પણ ભાગ્યે જ સ્વચ્છ કહી શકાય એવું હોય છે. અને આવા રંગો ! હો બાપ ! આ ઝેર આપણાં બાળકો પી રહ્યાં હોય છે--નથી કોઈ જોનાર કે નથી કોઇ ટોકનાર ! આરોગ્યસપ્તાહો ઊજવનારા આપણે આ આરોગ્યનો વિધ્વંસ જરા પણ રોમાંચ સિવાય નિહાળીએ છીએ ! હું કમકમાં અનુભવું છું. બરફના ગોળ

ઉપર છંટાતાં શરબત, બરફ ધોવાનું પાણી, કકડા—બધું જોઈ ચિત્ત ખેદ પામે છે. આઇસક્રૂટનો લોકો છૂટથી ઉપયોગ કરે છે!

અને ઠેરઠેર ભૂમાની દૂકાનો! ગુજરાતીઓ બીજું જવલ્લે જ ખાય છે. જ્યાં જઈએ ત્યાં ભૂસું જ ભૂસું. સુરતમાં તો સારા-સારા માણસો ભૂસાવાળાની દૂકાન પાસે ઊભા રહીને જ ભૂસું ફાકેટે છે. ત્યારે જ તેમને ચેન પડે છે. ઘણાને ભૂસું ન ખાય તો ભૂખ જ લાગતી નહિ હોય! મુંબઈમાં ભેળ અને ગુજરાતમાં ભૂસું. કોઈ સંગીન ખોરાક ખાતું જ નથી. મીઠાઈની દૂકાનોમાથી હવે મીઠાઈ ખાવા જેવી નથી રહી. પરન્તુ મજૂરી કરનારા મજૂરો મીઠાઈ ખાતા હોય તો કેવું સારું! મુસલમાન મજૂર, મોટે ભાગે, મીઠાઈ ખરીદીને ખાતો જોવામા આવે છે જ્યારે હિંદુ મજૂર ભૂસું જ ફાકતો જોવામા આવે છે! ભજિયાં, પકોડી, ફરસાણ, ખમ્મણ ઢોકળાં—આથી જ લોકો પેટ ભરે છે. કોઈ દૂધ, મલાઇ કે લસી પીતાં નથી. "ફરસાણ અને તેલ ખાઈને ગુજરાત નિર્વીર્ય બની ગયું છે." એમ એક વખત સ્વામીશ્રી હંસદેવજી મને કહેતા હતા. ત્યારે તેની યથાર્થતા મારા સમજવામાં આવી ન હતી. હવે આજે તેનું રહસ્ય મારાથી સમજાય છે. ગુજરાત નિર્વીર્ય થતું જાય છે એ વાત સાચી લાગે છે. ગુજરાતીઓનાં શરીરો ખુલ્લાં રખાવી જુઓ. કોઈના બદન ઉપર નૂર નહિ લાગે. ઘણાને તો જોવા ગમશે જ નહિ. સાવ નિર્માલ્ય, દુર્બળ, માયકાંગલા! ગુજરાતી તરીકે આ નરકંકાલો જોઈ મને લાજ આવે છે. આપણી વચ્ચે રહેતા મરાઠાઓને જુઓ, કેવાં સુંદર ખડતલ શરીર ભાસે છે! 'ગૂઢજત્રુ,' 'લમ્બ-પીતાંસબાહુ.' 'વૃષસ્કંધ,' આવાં ભવ્ય શરીરોનાં દર્શન ભાગ્યે જ થાય છે. ગુજરાત વ્યાયામ પ્રચાર મંડળે ખૂબ પ્રયત્નો કર્યા છે. પુરાણી ભાઈઓનું ગુજરાત ઋણી છે અને રહેશે પરન્તુ હજી વ્યાયામનો શોખ લોહીમાં ઊતર્યો નથી, ઉપરછલ્લો જ રહ્યો લાગે છે. કોમળતા વધતી જાય છે અને તેમાં ગૌરવ મનાય છે! આ

છતા ગુજરાતમા ફરજિયાત મિલિટરી ટ્રેઈનિંગ કેમ કોઈ દાખલ કરવાનો વિચાર સુદ્ધા કરતુ નથી ? પોલીસમા ગુજરાતીઓ ક્યા છે ? મિલિટરીમા ક્યા છે ? નથી કારણ કે ખખડધજ શરીર નથી યુનિવર્સિટી કેડેટ કોરમા ગુજરાતીઓ નહિ જેવા છે આટઆટલી કોમ્પીટીટિવ પરીક્ષાઓમા ક્યાય ગુજરાતી શોધ્યો જડતો નથી ગુજરાતની અસ્મિતા ગાનારા કયે મોઢે અસ્મિતા ગુજે છે! ગુજરાતનુ ભવિષ્ય મને ભયકર ભાસે છે ગુજરાતી તરીકે તેનુ મને પારાવાર દુખ થાય છે

ગુજરાતના ગામડામા દૂધછાસના દર્શન દોહ્યલા થયા છે કોઓપરેટિવ સોસાયટીઓ કાઢી બધુ દૂધ શહેરોમા વેચાતા આવે છે કોઈ ગામડામા દૂધ ખાતુ જ નથી કે બચ્ચાને પાવા પણ દૂધ આપતા નથી હુ ઘણાને પૂછુ છુ તો નવટાકથી પાશેર દૂધ બચ્ચાને પાવા અપાય છે ! સગર્ભા સ્ત્રીઓ, માતાઓ, કુમળા બાળકોને દૂધની વિશેષ જરૂર છે પરન્તુ આ પોથીમા જ રહ્યુ છે દૂધની અગત્યતા કોઈ સમજતુ જ નથી આજના ગામડા મને સાવ નિસ્તેજ, નિર્માલ્ય લાગે છે દૂબળા ઢેડ ભગી વગેરેને દૂધ તો દૂર રહ્યુ, પાણી જેવી ખાટી છાસ પણ પીવા નથી મળતી ! હવે ગામડામા મેટરનિટી હોમ્સ ખૂલવા લાગ્યા છે, તે માટે ધનાઢ્યોમાથી દાન મળી રહે છે! પરન્તુ કોઈ ધનાઢ્યને ગામડામા છાસની પરબ બેસાડવાનુ સૂઝતુ નથી ગામડામા પ્રાથમિક નિશાળોમા ભણતા બાળકોને રાજ્ય તરફથી મફત દૂધ આપવાની યોજના કોઈ વિચારતુ નથી હોસ્પિટલો વધુ કેમ કાઢવી, મોમાર્ઈન હોસ્પિટનો કેમ ફેલાવવી—તેનો જ વિચાર આપણા આરોગ્ય પ્રધાનોને આવે છે પરન્તુ હાસ્પિટલો ઓછી કેમ થાય, ૨૫-૫૦ વર્ષે હોસ્પિટનો સન્તર બધ થઈ જાય એવુ વિચારવાનો કે યોજના કરવાનો વિચાર જ નથી સ્ફુરતો ! મેડિકલ કોન્ફરન્સો પાછળ લખલૂટ ખર્ચ કરવામા આવે છે પરન્તુ આવી સાદી યોજના માટે કોઈને સ્વપ્નુ જ નથી આવતુ ! ગામડા ભાગી

રહ્યાં છે, ત્યાંનાં સ્ત્રીપુરુષો અને બાળકો સત્ત્વહીન ખોરાક ખાઈને હજારો રોગોના ભોગ બનેલા છે. નથી દૂધ પીતાં નથી છાસ પીતાં! નથી તાજાં શાકભાજી ખાવાનાં!

હું આરોગ્ય-પ્રધાન હોઉં તો પ્રત્યેક ગામનાં બાળકોને (૧૦ વર્ષ સુધીનાં બાળકોને) મફત દૂધ મળી રહે એમ કરું અને દરેક ગામમાં છાસની પરબ ચલાવું. ૧ પૈસામાં ૧॥ શેર છાસ મળે એવું કરું. એક વર્ષમાં આ બાળકોના બદનો ઉપર કેવી અસર થઈ તેની નોંધ રખાવું અને આ યોજના ક્રમશઃ ગુજરાતભરમાં ફેલાવું.

છાસની પરબ! ઘણાને હસવું આવશે. પરન્તુ આ વ્યવહારુ વાત છે. હેલ્થ કૉન્ફરન્સો, નિષ્ણાતોનું આવાગમન, ભાડાંભથ્થાંમાં થતું લાખોનું ખર્ચ—આ બધાંમાં નાણાંની રેલમછેલ ચાલી રહે છે. એવો દિવસ ભાગ્યે ઊગે છે જ્યારે આવા આન્તરરાષ્ટ્રીય જલસાઓમાં અહીંતહીં ઊડાઊડ કરતા મોટા અમલદારોને હું ન જોતો હોઉં અને કરોડો રૂપિયાની મોટી યોજનાઓ વાંચીને હું મુગ્ધ થાઉં છું. કોઈને નાની વાત ગમતી જ નથી. ગંજાવર યોજનાઓ સિવાય કોઈને ચેન જ નથી પડતું! અને આ બધું રિપોર્ટો શણગારવા ચાલી રહ્યું છે! જગતની સુધરેલી પ્રજાઓમાં આપણે પણ આગળ પડતા છીએ' એ બતાવવાનો ભાવ આ બધાંના મૂળમાં છે. કલ્યાણ યોજનાઓમાં પણ ક્યાંય આરોગ્યનાં દર્શન નથી થતાં! આ બધું જોઈ ચિત્ત ખેદ પામે છે અને નિસાસો નંખાઈ જાય છે!

આપણામાં મૌલિકતા (originality) મરી પરવારી છે. બધા જ ગતાનુગતિક થઈ ગયા છે: એકે કર્યું તે બીજાએ કર્યું બાવો નાચ્યો એટલે બાવી પણ નાચી. 'ફેમિલી પ્લાનિંગ'નું તૂત હમણાં ઠીક ચાલ્યું છે. એના પુરસ્કર્તાઓને મન દેશના ઉદ્ધારની ચાવી એમાં જ દેખાય છે. ઘટઘટમાં વ્યાપેલી ગરીબાઈ અને અજ્ઞાનનો કોઈ વિચાર જ કરતું નથી. આની પછાત પ્રજામાં આવી કોઈ સુધરેલી

બાઈ યા ડૉક્ટર સ્ત્રી આવીને બેસી જુએ તો સારું. કેટલી વીસે સો થાય છે ત્યારે તેને સમજાશે. બાકી શહેરોમા ભાષણો ગજાવવા, કૉન્ફરન્સો યોજવી, લાખોનું પાણી કરવું, યુવાન પ્રજાના ચિત્તમાં વિષબીજ સિંચવાં, અજ્ઞાનોમાં બુદ્ધિભેદ ઉત્પન્ન કરવો — આ બધું માનસદષ્ટિએ શોચવું વિચારવું ઘટે છે. પરન્તુ નવીનતાનો મોહ સુધરેલુ–progrssive ગણાવવાનો અહમ્—આ બધું હવે કેમે કરી જાય એવું નથી.

હમણાં જ વાંચ્યું કે જાતીય સાહિત્ય—બીભત્સ સાહિત્ય નો આપણાં શહેરોમા રાફડો ફાટ્યો છે. દરેક સ્ટોલ ઉપર આ સાહિત્ય છડેચોક વેચાય છે. યુવાન અને યુવતીઓ તે વાંચે છે માનવચિત્ત-વૃત્તિના અભ્યાસ વિના સાયન્સની બધી જ શોધો ભયંકર નીવડવાની છે. સિનેમા, જાતીય સાહિત્ય, ફેમિલી પ્લાનિંગ, સંતતિનિયમન,— આ બધું અનર્ગલ વિષયવાસના જમાવી રહ્યું છે અને દુર્બળ પ્રજાને ઓર જ નિર્માલ્ય બનાવી રહ્યું છે. બ્રહ્મચર્ય, યમ, નિયમ વગેરેની ઠેકડી ચાલી રહી છે. બધી સારી વસ્તુઓને વિકૃત કરી બતાવવમાં આવે છે. ફ્રોઇડના કામૈષણાવાદે મર્યાદાઓ તોડવા માંડી છે. અર્થ એ જ આરાધ્ય દેવ, મદન એ જ મહાપ્રભુ—આ આજનો જમાનો છે. વિજ્ઞાને ભયંકર વસ્તુઓ જંગલી માણસો (પછી ભલે તે સુધરેલા લાગતા હોય) ના હાથમાં મૂકી છે. આ સંહાર ક્યાં જઈ અટકશે તે કહેવાની કોઈ ધૃષ્ટતા નહિ કરી શકે.

અને આ ઇંજેક્શનોનો મારો ! ડૉક્ટરો કહે છે કે દરદીઓ પોતે જ ઇંજેક્શનો માગે છે એટલે અમો આપીએ છીએ ! વાહ ! વાહ ! ડૉક્ટરોએ પ્રથમ ઇંજેક્શનો ઘુસાડ્યા. વિવેકહત દરદીઓને લાગ્યું કે ઇંજેક્શનોમાં જાદુ છે ! ઇંજેક્શનોએ માઝા મૂકી છે એમ કહું તો ચાલે. ૫૦૦–૧૦૦૦ સુધી ઇંજેક્શનો ખોસવામાં આવે છે ! હમણાં એક ડૉક્ટર વિલાયત દશ વર્ષ રહી આવ્યા છે. વાતચીતમાં

મને તેઓ કહે છે કે, "અહીંના ડૉક્ટરોનો વ્યવહાર જોઈ તે ઉપરથી એલોપથીને અન્યાય જ કરશો. તમો માનશો? દશ વર્ષમાં મેં જેટલાં ઇંજેકશનો નહિ આપ્યા હોય તેથી વધુ મારાં પત્ની અહીં એક મહિનામાં મારે છે. અહીં તો પૈસા કમાવા બધા જ પડ્યા છે. અમેરિકા-યુરોપમાં કોઈને ઇંજેકશનો આપતા પહેલાં ખૂબ વિચાર કરવો પડે છે." આપણા દેશની આજે આ દશા છે. પેનિસિલિનના શોધક અલેકઝાન્ડર ફ્લેમિંગે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહ્યું કે હિંદુસ્થાનમાં પેનિસિલિનનો જેટલો દુર્વ્યય થાય છે તેટલો બીજે ક્યાંય થતો નથી. અરે પેનિસિલિન બાજુ મૂકો, સ્ટ્રેપ્ટોમાઈસિનની વાત કરો. વિદ્વાનો કહે છે કે ક્ષયમાં સ્ટ્રેપ્ટોમાઈસિન તદ્દન નિરુપયોગી છે. પરન્તુ કોણ સાંભળે છે? ૪૦-૮૦ ઇંજેકશનો આપ્યા પછી પણ બીજો કોર્સ આપવાની ડૉકટરો વાત કરે છે! વીર્યવાન દવાઓનો આવો દુરુપયોગ! હિંદુસ્થાન જેવા અર્ધભૂખ્યા દેશમાં વીર્યવાન દવાઓનો મારો મારે મન ફોજદારી અપરાધ જેવો છે. હું આરોગ્ય પ્રધાન હોઉં તો ઇંજેકશનો સદંતર બંધ કરાવી દઉં. આ ગરીબ દેશનાં દુર્બળ શરીરોમાં ડૉક્ટરો જે ઝેર નાખી રહ્યા છે તે જોઈ ચિત્ત ખેદ પામે છે. કોઈ પણ દેશમાં આટલું ઊંટવૈદું નહિ ચાલતું હોય! મોટરો દોડાવવી હોય તો આ સિવાય નહિ જ ચાલે. આરોગ્ય પ્રધાન બીચારા આ બધું સમજે છે પરન્તુ જે માયા સર્જાઈ રહી છે તેમાં તે બીચારા કંઈજ નહિ કરી શકે. અને આ બધું Scientific medicine ને નામે ચાલી રહ્યું છે. જો આ જ સાયન્સ હોય તો પછી કુવૈકરી કેવી હશે? કોઈ માનુષી હસ્તમાં આ અટકાવવાની તાકાત નથી. ડૉકટરોનું દેખી હવે તો તેમના કંપાઉન્ડરો અને અણઘડ વૈદ્યો પણ તેની પાછળ પડ્યા છે. અને આ જ ડૉકટરો બીચારા વૈદ્યોને 'ઊંટવૈદ્યો' કહે છે ત્યારે મને હસવું જ આવે છે. પેટન્ટ દવાઓ (એની પાછળ પણ અર્થવાદ જ છે.) ઇંજેકશનોનો અવિચારી ઉપયોગ, પરદેશની દવાઓનો

અજબ મોહ, વિટામિન્સ અને લિવરનો થતો દુર્વ્યય—આ બધું આરોગ્યના પ્લાનિંગમાં સ્થાન પામશે કે નહિ?

રેશનિંગમાં નિઃસત્ત્વ અનાજ ખવડાવી પરદેશની કંપનીઓ હિંદને વિટામિન્સ ટેબ્લેટસનું દાન કરે છે! આપણા અમૃતકુંવર તેનો સ્વીકાર કરે છે અને અહીંતહીં વહેંચે છે! આ શું ચાલી રહ્યું છે! વિટામિનનું તૂત પણ ભારે ચાલ્યું છે. વિટામિન સિવાય તો ચાલે નહિ એમ એક વિદ્વાને મને કહેલું ત્યારે તો આ પ્રચાર વિષ લોહીમાં નહિ પણ મજ્જા સુધી ઊંડું ઊતર્યું છે એનો મને ખ્યાલ આવ્યો! સવાર પડતાં જ દરેક ડોક્ટરના ટેબલ ઉપર ટપાલમાં થોકડાબંધ જાહેરખબરિયા સાહિત્ય આવીને પડે છે. આપણા કન્સલટન્ટો તે ગોખે છે અને બીજે જ દિવસે દરદીઓને લખી આપે છે. કન્સલટિંગ પ્રેક્ટિસ પણ આજે એક ઉપહાસપાત્ર બની ગઈ છે યા બની જતી લાગે છે! આ ચિત્ર મનમાં અવનવા વિચારો જન્માવે છે અને મારા કર્તવ્યપથને કઠિન બનાવે છે.

ખરી વાત એ છે કે આજે આરોગ્યની કોઈને જ પડી નથી. આજે તો પૈસો, એશઆરામ, વિનાસ—આ જ સૌને જોઈએ છે. આરોગ્ય એ તો દુરારાધ્ય દેવતા છે. આ દેવતાની પધરામણી કરાવવી હોય તો અમુક જાતનું વાતાવરણ જોઈએ. ભગવાનની કૃપા અવતારવી હોય તો નીચેની ભૂમિકા સુંદર સ્વચ્છ રાખવી પડશે. આજે તો સૌ મણું તેને અંધારું ભાસે છે.

'तमसो मा ज्योतिर्गमय।'



૬ : પાણી

ભગવાન સુશ્રુતાચાર્યે પાણી વિષે જે સૂક્ષ્મ વિવેચન કર્યું છે તે વાંચ્યા પછીથી આધુનિક આરોગ્યશાસ્ત્રીઓ (હાઈજિનિસ્ટસ)

એ પાણી વિષે જે વિચાર કર્યો છે તેના કરતાં સુશ્રુતની જલમીમાંસા કેટલી સર્વગ્રાહી છે તે સમજાય છે. ભગવાન સુશ્રુતના શબ્દોમાં જ 'જલમીમાંસા" વાંચકો આગળ ધરવામાં આવે છે.

અંતરિક્ષમાંથી ઝીલી લીધેલું વરસાદનું પાણી અવ્યક્ત રસવાળું છે, અમૃત સમાન છે, પ્રાણ ધારણ કરનાર છે, તૃપ્તિ આપનાર છે, ઓજની વૃદ્ધિ કરનાર છે, શસ્ત્રપાતાદિવ્યથામાં શરીરનું ધારણ કરનાર છે, આશ્વાસન આપનાર છે, બહુ મહેનત કરવાથી લાગેલા થાકને તેમ જ અલ્પાયાસકૃત શ્રમનો નાશ કરનાર છે, તરસ, મદ્ય વગેરેથી થયેલો મદ, મૂર્છા, તંદ્રા, નિદ્રા, દાહ વગેરેને શાંત કરનાર છે અને સર્વ કાળમાં, સર્વ દેશોમાં, સર્વ પુરુષોમાં તથા સર્વ વ્યાધિઓમાં પથ્યરૂપ છે. સ્વસ્થ માણસને તો તે અતિશય પથ્યરૂપ છે.

એ જ વરસાદનું પાણી અવનિ પર પડે છે ત્યારે નદી, નદ, સરોવર (પુરુષવ્યાપાર વિના તૈયાર થયેલાં), તલાવો, વાવ, કૂવા, પર્વત આદિ ઊંચાં સ્થાનોમાંથી પડતાં ઝરણાંઓનાં સ્થાનો (પર્વત ઉપરના), જમીનમાંથી જોશભેર ઊંચે ઊડતા પાણીવાળા સ્થાનો, વીરડા, ક્યારડા અને જલપૂર્ણ મોટા ખાડાઓ વગેરે સ્થાનોના મહિમાને લીધે મધુર આદિ છ રસોમાથી કોઈ એક રસને પ્રાપ્ત થાય છે.

કેટલાક આચાર્યો કહે છેઃ "વરસાદનું પાણી રાતી જમીન ઉપર પડવાથી મધુર થાય છે, કપિલવર્ણી જમીન ઉપર પડવાથી ખાટું થાય છે, પાડુવર્ણી જમીન ઉપર પડવાથી ખારું થાય છે, શ્યામવર્ણી (નીલ) જમીન ઉપર પડવાથી તીખું થાય છે, પીળી જમીન ઉપર પડવાથી કડવું થાય છે અને સફેદ જમીન ઉપર પડવાથી તૂરું થાય છે."

પણ તેઓનું આ મંતવ્ય વ્યાજબી નથી; કારણ કે પૃથ્વી આદિ ભૂતોના પરસ્પરમાં અનુપ્રવેશને લઈને તે અનુપ્રવેશની વધઘટ પ્રમાણે જલમાં મધુર આદિ રસો થાય છે. જે પૃથ્વીમાં પાર્થિવ ગુણો અધિક

હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી ખાટું અને ખારું થાય છે; જે પૃથ્વીમા જળના ગુણોની અધિકતા હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી મધુર થાય છે: અગ્નિના ગુણ અધિક હોય તે પૃથ્વીમા પડેલું પાણી તીખુ તથા કડવુ થાય છે; જેમા વાયુના ગુણો અધિક હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી તૂરું થાય છે; જેમા આકાશના ગુણો અધિક હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી અવ્યક્ત રસવાળું હોય છે, કારણ કે આકાશ જાતે અવ્યક્ત છે જો અંતરિક્ષ જલ ન મળે તો જેમા આકાશના ગુણો અધિક હોય એવી જમીનનુ પાણી તે અવ્યક્ત રસવાળું હોવાને લીધે પ્રધાન છે અને પીવા યોગ્ય છે.

અંતરિક્ષ જળ ચાર જાતનુ છે.—(૧) ધાર, (૨) કાર, (૩) તૌષર અને (૪) હૈમ વરસાદની ધારાઓમાથી ઝીલેલું પાણી **ધાર**; કરા પડે છે એનુ જલ **કાર**; રાતે પડેલા ઝાકળનું પાણી **તૌષર** અને સ્ફટીકશિનાશકલસદશ હિમ પીગળીને જે જલરૂપે વરસે છે તે **હૈમ** કહેવાય છે. આ ચાર જાતના આંતરીક્ષ જળોમા ધારજળ હલકું હોવાને લીધે પ્રધાન–મુખ્ય ગણાય છે. ધારજળ વળી પાછું ગાગ અને સમુદ્ર એ બે જાતનું છે. ગાગ જળ ઘણુ કરીને આસો મહિનામા પણ વરસે છે ગાગ જળ અને સામુદ્ર જલની પરીક્ષા કરવી જેમા જરા પણ સડો કે વિવર્ણપણુ ન હોય એવો ભાતનો પિંડ રૂપાના વાસણમા રાખીને તે વાસણ વરસાદમા બહાર રાખવું. થોડીવાર વરસાદમા રાખતા એ પિંડ જો એવો ને એવો જ રહે તો જાણવુ કે ગાંગ જળ પડે છે; અને જો તે પિંડનો વર્ણ બદલાઈ ગયો હોય કે ભાતના દાણામા પચપચાટ થઈ જાય તો જાણવુ કે **સામુદ્ર જળ** પડે છે. સામુદ્ર જળ લેવું નહિ સામુદ્ર જળ પણ જો આસો મહિનામા લીધેલુ હોય તો તે ગાગ જળ જેવું જ કામ કરે છે. પણ ગાગ જળ પ્રધાન છે અને તે આસો મહિનામા લેવુ અને તે એવી રીતે કે વરસાદમા અદ્ધર સ્વચ્છ વસ્ત્રને પહોળું કરી તેના એક ભાગમાથી પડતું જળ લેવુ અથવા સ્વચ્છ મહેલના ઉપરના ભાગ ઉપરથી પડતુ

હોય તે લેવુ અથવા અતિ સ્વચ્છ પાત્રોથી તે પાણી ઝીની લઈને સોનાના, રૂપાના કે માટીના પાત્રોમા રાખી મૂકવુ. તે પાણીનો સર્વ કાળમા ઉપયોગ કરવો આના અભાવમા એટલે જો આ ન મળે તો પછી પૃથ્વી પર પડેલુ જળ (भौम) લેવુ, પણ તે એવુ લેવુ કે જેમા આકાશના ગુણોની અધિકતા હોય આ પાણી (भौमं जलम्) સાત પ્રકારનુ છે—કૂવાનુ, નદીનુ, સરોવરનુ, તળાવનુ, ઝરણાનુ, પૃથ્વીમાથી નીકળતુ હોય તેવુ અને બાધ્યા વગરના કૂવાનુ

વર્ષાઋતુમા (આસો માસમા) અતરિક્ષ જળ અથવા પૃથ્વીમાથી ભભુકાભેર નીકળતુ જળ સેવવુ કારણ કે તે ઉત્તમ ગુણવાળુ છે શરદઋતુમા સઘળા જળ સ્વચ્છ હોય છે માટે સર્વ (ઉપર કહેલા બધા જ) જળો સેવવા. હેમન્તઋતુમા સરોવરોનુ કે તળાવોનુ જળ સેવવુ. વસતઋતુમા કૂવાઓનુ કે ઝરણાનુ જળ સેવવુ, ગ્રીષ્મમા પણ આ જ રીતે જળનુ સેવન કરવુ પ્રાવૃટ્ઋતુમા બાધ્યા વગરના કૂવાનુ અથવા જૂનુ જળ સેવવુ; વરસાદ ન થયો હોય ત્યા સુધી સરોવર અથવા તળાવના જળનું સેવન કરવુ

અષાઢ, શ્રાવણ અને ભાદરવા મહિનામા નવુ પાણી કીડા, મૂત્ર, ઝાડો, ઈંડા અને મુડદાના સડાથી દૂષિત હોય છે, ઘાસ અને પાદડાના કચરાથી યુક્ત હોય છે, ડહોળાયેલુ હોય છે અને સ્થાવર તેમ જ જગમ વિષયુક્ત હોય છે વર્ષાઋતુમા આવા પાણીમા જે માણસ નહાય અથવા આ નવુ પાણી જે માણસ પીએ તેવા માણસને કોઢ જેવા બહારના રોગો અને જલદર જેવા અદરના રોગો તુરત જ થાય છે

કાદવ, શેવાળ, જલશખના (જલકુભા), ઘાસ, કમળના પાન ઇત્યાદિથી ઢકાયેલુ અને ચદ્રસૂર્યના કિરણોનો કે પવનનો સ્પર્શ ન થતો હોય એવુ; ગધ, વર્ણ અને રસથી યુક્ત થયેલું જે જળ હોય તેને બગડેલું સમજવુ. એવા પાણીના સ્પર્શદોષ,

રૂપદોષ, રસદોષ, ગંધદોષ, વીર્યદોષ, વિપાકદોષ, એ ૭ પ્રકારના દોષો છે ખરસટપણું, ચીકાશ, પૃથ્વીની બાફથી ગરમપણુ અને દાંતો કળે એવુ ઠંડાપણુ—એ સ્પર્શદોષો ગણાય. કાદવ, શેવાળ, રેતી અને અનેકરંગપણુ એ રૂપદોષો ગણાય છે રસનું સ્પષ્ટપણુ એ રસદોષ ગણાય છે ખરાબ ગંધ એ ગંધદોષ ગણાય છે. જે પાણી પીવાથી તરસ, ભારેપણુ, શૂલ, તથા વારવાર કફનુ થૂંકવુ થાય છે તે વીર્યદોષ ગણાય છે. જે પાણી પીવાથી લાંબા વખતે પચે અથવા પેટમા ગુડગુડાટ થાય તે વિપાકદોષ ગણાય છે. આ દોષો આંતરીક્ષ જલમા તેમ જ આકાશગુણભૂયિષ્ટ જલમા નથી હોતા.

અગ્નિથી ઉકાળવુ, સૂર્યના તડકાથી તપાવવુ, તપાવેલા લોઢાના ગોળાથી, રેતીથી કે ઈંટ વગેરેથી ઝામવું અને નાગકેસર, રાજચંપો સુગંધી કમળ કે પાટલાના પુષ્પો વગેરે એ જલમા નાખવા—વગેરે બગડેલા જળને સ્વચ્છ કરવાના ઉપાયો છે.

સોનાના, રૂપાના, તાંબાના, કાંસાના, મણિના કે માટીના વાસણમા રાખેલું અને પુષ્પો નાખી સુગંધિત બનાવેલુ સુગંધી પાણી પીવું.

બગડેલું તથા ઋતુ વગર પડેલુ જળ સર્વદા છોડી જ દેવું. એ જળ દોષોને ઉત્પન્ન કરનારું અને અહિત છે માટે તેને લેવું નહિ. જે માણસ બગડેલા જળને ઉકાળ્યા વિના પીએ છે તેને સોજો પાડુરોગ ચામડીના રોગો અને મંદાગ્નિ, શ્વાસ, ખાસી, સળેખમ શૂળ, ગોળો, ઉદરરોગ તથા બીજા પણ કેટલાક વિષમ રોગો તુરત જ થાય છે.

ડહોળાયેના-મેલા જળને સ્વચ્છ કરવાના સાત ઉપાયો છે — નિર્મળી, ગોમેદ નામનો મણિ, કમળનુ મૂળ, શેવાળનુ મૂળ, વસ્ત્ર મોતી અને સ્ફટિક.

જળભરેલા વાસણોને પાટિયા, આઠ હાંસવાળી ત્રિપદીએ મુંજઘાસની ફીંડોણીઓ, માચીઓ અને શીંકાઓ આ પાંચ ઉપર રાખવ

જળને ઠંડું કરવાના સાત ઉપાયો છે.-(૧) પવનવાળી ખુલ્લી જગોમાં રાખવું. (૨) વાસણ ઉપર ચોતરફ કપડું વીંટાળીને તેની ઉપર પાણી છાંટયા કરવું. (૩) લાકડી વગેરેથી બનાવેલા યંત્રમાં જળના પાત્રને લઈને ફેરવવું (૪) પંખા નાખવા. (૫) વસ્ત્રથી ગાળવું. (૬) જળના પાત્રને રેતીમાં દાટી રાખવું અને (૭) શીકે લટકાવવું.

જે જળ ગંધ વગરનું, અવ્યક્ત રસવાળું, તરસ છીપવનારું, પવિત્ર, ઠંડું, સ્વચ્છ, હલકું અને મનને ગમે તેવું હોય તે જળ ગુણવાળું કહેવાય છે.

પશ્ચિમાભિમુખી નદીઓ હલકા જળવાળી હોવાથી પથ્ય છે. પૂર્વાભિમુખી (પૂર્વ તરફ વહેનારી) નદીઓ ભારે જળવાળી હોવાથી સારી નથી ગણાતી દક્ષિણાભિમુખી નદીઓ સાધારણ છે માટે બહુ દોષવાળી નથી. *સહ્યાદ્રિમાંથી નીકળતી નદીઓ કોઢને ઉત્પન્ન કરે છે. વિન્ધ્યાચલમાંથી નીકળતી નદીઓ કોઢ તથા પાંડુ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. [૨]મલયાચલમાંથી નીકળતી નદીઓ કૃમિ ઉત્પન્ન કરે છે. [૧]મહેન્દ્રપર્વતમાંથી નીકળતી નદીઓ શ્લીપદ (હાથીપગું) અને ઉદરરોગને ઉત્પન્ન કરે છે હિમાલયમાંથી નીકળતી નદીઓ હૃદ્રોગ, સોજો, શિરોરોગ, હાથીપગું, ગલગંડ વગેરેને ઉત્પન્ન કરે છે. (ટીકાકાર શ્રી ડલ્લન કહે છે કે હિમાલયના ઉપરના ભાગમાંથી વહેતી નદીઓ પથ્ય છે અને નીચેના ભાગમાંથી વહેતી નદીઓ દરદોને ઉત્પન્ન કરનારી છે.) માળવા (ઉજ્જન તરફનો પ્રદેશ)ના પૂર્વ દિશાના પર્વતોમાંથી તેમ જ પશ્ચિમ દિશાના પર્વતોમાંથી વહેતી નદીઓ હરસને જન્મ આપનારી છે [૩]પારિયાત્ર નામના પર્વતમાંથી વહેતી નદીઓ પથ્ય છે અને બલ તેમ જ આરોગ્યને આપનારી છે.

૧ મહેન્દ્ર એટલે ઉત્કલ પ્રાન્તમાં આવેલી ટેકરીઓ ૨ મલય=દક્ષિણ તરફના પહાડો, નીલગિરિ એમાં જ આવી જાય છે. *સહ્ય એટલે સહ્યાદ્રિ અથવા પશ્ચિમઘાટ. ૩. પારિયાત્ર એટલે અરવલ્લી('પૂર્વરંગ' પા. ૩-૪)

જે નદીઓ ઉતાવળા વેગવાળી (शीघ्रवहा) અને નિર્મળ જળવાળી હોય છે તેના પાણી હલકા ગણાય છે જે નદીઓ શેવાળથી ઢંકાયેલી ગંદા પાણીવાળી અને મંદ વેગવાળી હોય છે તેના પાણી ભારે ગણાય છે ઘણુ કરીને મરુદેશની નદીઓ તિકત અને લવણ રસોવાળી કંઈક તૂરી તથા મધુર હોય છે તે નદીઓનુ પાણી પચવામા હલકુ છે અને બળ આપનારુ છે

સર્વ જાતના પૃથ્વીના જળ (भौम जल) સવારમા વહેલા ભરી લેવા, કારણ કે એ વખતે પાણી ઘણા નિર્મળ અને ઠંડા હોય છે અમલત્વ અને શૈત્ય એ જળના મુખ્ય ગુણો છે

જે જળના ઉપર આખો દિવસ સૂર્યના કિરણ પડતા હોય અને રાત્રે ચંદ્રના કિરણો પડતા હોય તે જળ રુક્ષ અને અભિષ્યંદિ (રસવહન કરનાર શિરાઓને જે રૂંધે છે તે દ્રવ્ય 'અભિષ્યન્દિ' કહેવાય છે) ન હોવાને લીધે આંતરીક્ષ જળના જેવુ ગણાય છે

સારા વાસણમા લઈ રાખેલુ આંતરીક્ષ જળ ત્રિદોષઘ્ન છે બળને વધારનાર છે રસાયન (विशिष्टरसादिउत्पादनात् रसायन स्वस्थातुरोपयोगि।) છે મેધ્યનો બુદ્ધિવર્ધક એવો અર્થ થાય પણ ટીકાકારે પવિત્ર એવો અર્થ કર્યો છે જો એ જળ અતિ શુદ્ધ વાસણમા (પાત્રમા) ભરવામા આવ્યુ હોય તો અધિક ગુણ કરે છે

ચંદ્રકાન્ત મણિનુ જળ રક્ષોઘ્ન (કૃમિઘ્ન–જંતુઘ્ન) છે શીતલ છે સુખાવહ છે, જ્વર, દાહ અને વિષને ટાળનાર છે પિત્તઘ્ન છે અને નિર્મળ છે

મૂર્છા પિત્ત દાહ વિષ, દુષ્ટ રકત મદાત્યય ભ્રમ (ચક્કર), ક્લમ શ્વાસ મોહ ઊલટી અને ઊર્ધ્વગ રકતપિત્ત–એ રોગોમા શીતળ જળ વખણાય છે (શરદ અને ગ્રીષ્મ ઋતુમા પણ શીતળ જળ દેવુ ઉત્તમ છે)

પડખાનુ શૂળ સળેખમ વાયુના દરદો, ગળગ્રહ આફરો–કોઠાનુ સ્તબ્ધપણુ નવીન જ્વર, હેડકી વગેરે રોગોમા શીતળ જળનો ત્યાગ

કરવો. જે દિવસે શોધન કર્યું હોય તે દિવસે અથવા તે દિવસ પછી સાત દિવસ સુધી તેમ જ સ્નેહપાન કર્યા પછીથી શીતલ જળનો ત્યાગ કરવો.

નદીઓનું પાણી વાયુ કરનારૂં, રુક્ષ, દીપન, હલકું અને કફ તથા મેદને ઉખેડનારું (લેખન) છે. જો નદીનું પાણી મધુર તથા ઘાટું હોય તો અભિષ્યન્દિ છે, ભારે છે અને કફ કરનાર છે.

સરોવરનું જલ તરસને મટાડનાર છે, બળ આપનાર છે, તૂરું છે, મધુર છે, હલકું છે. તલાવનું પાણી વાયુ કરનાર, સ્વાદિષ્ટ, તૂરું અને કટુવિપાકવાળું છે.

વાવનું જળ ક્ષારવાળું[૧] છે, વાયુ અને કફને હરનાર છે, તીખું અને પિત્તને વધારનાર છે.

કૂવાનું પાણી ક્ષારવાળું[૧]છે, પિત્તને કરનાર છે, કફને હણનાર છે, જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનારું છે અને હલકું છે.

નહિ બાંધેલા કૂવા (**चौंट्य**)નું પાણી અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે, રુક્ષ છે, અને મધુર છતાં કફ કરનારું નથી.

ઝરણાનું પાણી કફઘ્ન છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે, હૃદયને પ્રિય લાગે એવું છે અને હલકું છે.

પૃથ્વીમાંથી ભભૂકી નીકળતું પાણી (**औद्भिदं**) મધુર છે, પિત્તને શાંત કરનાર છે અને વિદાહિ નથી (સારી રીતે પચી જનાર છે.)

વીરડાનું પાણી ક્ષારવાળું હોય તો તીખું, કફને હરનાર, હલકું અને અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે. (મીઠું હોય તો નિર્દોષ, મધુર અને કફને કરનાર છે.).

---

૧ કૂવા અને વાવના પાણીમાં ક્ષાર હોય છે અને નથી પણ હોતો. ક્ષાર હોય તો પિત્તને કરનારું અને ન હોય તો તે પિત્તઘ્ન અથવા મધુર હોય છે.

ક્યારડાનું પાણી વિપાકમા મધુર છે, ભારે છે અને દોષોને ઉત્પન્ન કરનાર છે ખાબોચિયાનુ જલ ક્યારડાના જલના જેવા જ ગુણવાળુ છે, વિશેષ કરીને દોષોને ઉત્પન્ન કરનારુ છે

સમુદ્રનુ પાણી ખરાબ ગ ધવાળુ ખારુ અને સર્વ દોષોને કરનારુ છે

આનૂપ દેશ (જે દેશમા પાણી ખૂબ હોય તે દેશ)નું પાણી અનેક દોષવાળુ છે, અભિષ્યન્દિ (દોષોને ઉત્પન્ન કરનાર છે) અને તેથી તે હલકા પ્રકારનુ (ગર્હિત) છે

જાગલ દેશ (નપાણિયો મુલક) સ્પર્શાદિક છ દોષોથી રહિત છે અને ઉત્તમ છે

સાધારણ દેશ (જે દેશ બહુ પાણીવાળો ન હોય તેમ સાવ નિર્જલ પણ ન હોય એવો દેશ)નુ જળ પાકમા અવિદાહિ છે, તરસને હણનાર છે, પ્રીતિ વધારનાર છે, ઉત્તમ છે, અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે, સ્વાદિષ્ટ છે, શીતળ છે અને હલકુ છે

ઉકાળાને અર્ધું બાળી નાખેલુ (અર્ધું પાણી બાકી રહેલુ) ગરમ પાણી કફ, મેદ વાયુ આમ, શ્વાસ ખાસી અને તાવને હર નાર છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે મૂત્રાશય સાફ રાખનાર છે અને સર્વદા પથ્ય છે

ઉકાળતી વખતે વેગથી તથા ફીણથી રહિત થયેનુ, નિર્મળ, હલકુ અને ઉકાળાને ચોથા ભાગનુ અવશેષ રહેનુ ગરમ પાણી ઉત્તમ ગુણવાળુ છે

સમજુ વૈદ્ય કદાપિ રાતવાસી રહેનુ ઊનુ પાણી રોગીને દેવુ નહિ કેમકે તે ખાટુ થયેનુ હોય છે, કફને કાઢનારુ હોય છે માટે જેને તરસ લાગી હોય તેનાઓ માટે એ હિતકર નથી

મદાત્યયથી ઉત્પન્ન થયેના રોગોમા, પિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલા રોગોમા અને સન્નિપાતથી ઉત્પન્ન થયેના રોગોમા ઉકાળાને ઠંડું પાડેનુ પાણી દેવુ એ ઉત્તમ છે

નારિયેળનું પાણી સ્નિગ્ધ છે, મધુર છે, ઠંડું છે, હૃદયને પ્રિય લાગે એવું છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે, મૂત્રાશયને સાફ રાખનાર છે, વીર્યને વધારનાર છે, પિત્ત અને તરસને મટાડનાર છે અને ભારે છે.

દાહ, અતિસાર, રક્તપિત્ત, મૂર્છા, મદ્ય અને વિષની બાધા, તરસ, ઊલટી, ભ્રમ વગેરેમાં ઊનું કરીને ઠંડું પાડેલું જળ દેવું ઉત્તમ છે.

અરુચિ, સળેખમ, લાલાસ્રાવ, સોજો, ક્ષય, મંદાગ્નિ, ઉદરરોગ, કુષ્ઠ, જ્વર, આંખના રોગ, વ્રણ અને મધુપ્રમેહ—આ રોગોમાં થોડું પાણી પીવું. (ન ચાલે ત્યારે જ પાણી પીવું.)



૭ : મેટરનિટી હૉસ્પિટલો

થોડા દિવસ ઉપર એક પત્રકાર મિત્રને મળવાનું થયું. વાતચીતમાં એ બહુશ્રુત મિત્રે મને કહ્યું "વૈદ્યરાજ, શો જમાનો છે! આજથી બરાબર સત્તર વર્ષ પહેલાં મારી સ્ત્રીને સુવાવડ આવવાની હતી ત્યારે મેં તેને અત્રેની મેટરનિટી હોમમાં મોકલી હતી. તે વખતે મારી આખી જ્ઞાતિએ 'હાય બાપ! હૉસ્પિટલમાં સુવાવડ સૂવા મોકલાય? નર્યું ગાંડપણ છે! ઇત્યાદિ'થી મને અને મારી સ્ત્રીને ટોકી ખાધી હતી. અરે અમને હડધૂત કરી નાખ્યાં હતાં. આજે સત્તર વર્ષના ગાળા પછી જ્યારે મારે ત્યાં સુવાવડ આવવાની હતી ત્યારે મેં મેટરનિટી હૉસ્પિટલમાં ન મોકલવાનો અને ઘર આગળ જ ખાટલો ઢાળવાનો મનથી નિશ્ચય કર્યો હતો. આની જાણ થતાં ચોતરફથી સ્ત્રીઓ 'હાય બાપ! સુવાવડ ઘેર થાય? હૉસ્પિટલ તો હૉસ્પિટલ જ!' કહી મને મારા નિર્ણય માટે ટોકવા લાગી. એવી એક પણ સ્ત્રી મેં ન જોઈ જેણે મારા વિચારનું સમર્થન

કર્યું હોય ! સત્તર વર્ષના સમયમા લોકમાનસમા કઈ જાતનો પનટો આવ્યો છે તે આથી તમો સમજી શકશો. છેવટે મે તો સુવાવડ ઘેર જ કરી. પરતુ મારી ઉપર શી વીતી છે તે હું જ જાણું છું. સાથે સાથે તમને બીજી એક વાત પણ કહી દઉં ખુદ ડોકટરોની સ્ત્રીઓને મેટરનિટીમા સુવાવડ સૂવા જવુ ગમતું નથી પરન્તુ તેમની ઉપર બલાત્કાર–મજબૂરી થાય છે અને તે બિચારીઓને જવુ પડે છે. થોડા વખત પહેલા હુ મારા સગા થાય છે એના એક બહેનની તબિયતના સમાચાર પૂછવા ગયો હતો. મે તે બહેનને 'કેમ તબિયત આવી થઈ ગઈ? ઘરમા ડોકટર ને આવી ફિક્કીફસ તબિયત કેમ?' મને કહ્યું 'આ ડોકટરોની મેટરનિટી હોસ્પિટલોની મહેરબાની. મૂઈ એમની મેટરનિટીઓ ..' હુ આ ઉત્તરથી તાજુબ થઈ ગયો. મારો અનુભવ મેટરનિટીનો બહુ કડવો છે. એટલે આ ડોકટરપત્નીનો અભિપ્રાય સાભળી મને થોડી સાતા મળી . ...

"...ડોકટરની સ્ત્રીએ મેટરનિટીમા સુવાવડો કરાવી અને બધી જ સુવાવડો કથળી ગઈ. છેવટે સ્વર્ગસ્થ મણિભાઇ વૈદ્યની પડીઓ અને દવાઓ કરી અને ઘરસુવાવડો કરી ત્યાર પછી જ સંતાનો જીવે છે. આવુ તો ઘણુય છે. પરંતુ હવે આપણું કોણ સાભળે છે? જમાનો એવો તો ઝડપભેર પલટાય છે કે એને કોઈ રોકી શકે એમ લાગતું નથી

"તમારી મેટરનિટી કેમ ચાલે છે? કઈ આયુર્વેદીયતા રાખી છે કે ગતાનુગતિકતા જ?"

"હાલ તુરત તો બહુ ફેરફાર નહિ જણાય આપણો સુવાવડીનો કાઢો અમો બીજે જ દિવસથી શરૂ કરી દઈએ છીએ; અને બરાબર ૧૦ દિવસ સુધી તે આપીએ છીએ નવીનતામા આટલું જ. બાકી, પ્રસૂતાગૃહોમા આયુર્વેદના સંસ્કારો સીંચવાના છે. આપણી

ઘણી વાતોનો પ્રચાર કરવાનો છે ઇશ્વરેચ્છા હશે તો ધીરેધીરે આ બધું કામ થશે"

હુ ઘેર આ યો ઘણા વિચારો આવ્યા આયુર્વેદમા પ્રસૂતાશાસ્ત્ર સ્વતત્ર શાસ્ત્ર નથી પ ગ તુ જે થોડુ ક ચરકસુશ્રુતમા છે તેમા જેટનુ છે તેટલા ઉપર વિચાર કરવા જેવો છે એ ખૂબ જ કાર્યક્ષમ છે સાગરને ગાગરમા સમાવવાની સૂત્રશૈલીને લઇને આમ બન્યુ લાગે છે બાકી **स्वल्पमपि अस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात्।** એમ કહેવામા રજ પણ અતિશયોક્તિ નથી થતી

થોડા વખત ઉપર એક M Sc M A, LL B સજ્જન મને મળવા આવેલા એમણે વાતચીતમા એમની પોતાની સ્ત્રીનો અનુભવ મને કહી સભળાવ્યા ' મારી સ્ત્રીની સુવાવડ થઈ ડૉ . ની દવા પ્રથમથી જ ચાલતી હતી સુવાવડમા તાવ ભરાયો. ડૉકટરોનું પચ ભરાયુ બધાએ કેસને અતિગભીર ગણ્યો કોઈએ ઓપરેશનની સલાહ આપી તે પણ થયુ છતા તબિયત દિનપ્રતિદિન બગડતી જ ચાલી. છેવટે મે અમારા એક વૃદ્ધ વૈદ્યને બોલાવ્યા તેમણે જોઇને મને કહ્યુ 'ગભરાવાનુ પ્રયોજન નથી હુ એક કાઢો લખી આપુ છુ તે બનાવીને આપો' મારો માણસ એ કાઢો ઝડુમા જઈને લઈ આવ્યો વૈદ્યરાજ બીજે દિવસે આવ્યા કાઢો જોયો 'ના આ નહિ હુ લખી આપુ છુ તે ઓસડિયા હમણા મગાવો, ઘેર ખડાવો અને એ આપો' તુરત જ મે માણસને મોકલ્યો બધા ઓસડિયા વૈદ્યરાજે જોયા નોકર પાસે ખડાવ્યા, કાઢો કરાવ્યો અને દર્દીને પાયો તમો માનશો? બીજે જ દિવસથી તાવ નરમાવા લાગ્યો અને મારી સ્ત્રી બચી ગઈ બાકી અહીના એકેએક ડૉ ટરે હાથ ધોવડાવ્યા હતા વૈદ્યરાજ તો જોઇને તરત જ કહેતા કે આ કેસમા ગભરાવા જેવુ કઈ જ નથી આ 'દેવદાર્વાદિ કાઢો' હતો. વૈદ્યરાજ તો કહેતા હતા કે આપણા દેશમા આ કાઢો દરેક

સુનાવડીને આપવાનો રિવાજ જ થઈ ગયો છે જે સુધર્યાં છે અને મૅટરનિટીઓમા બૅરાને સુવાવડ સૂના મોકને છે તે આ કાઢા-માઢામા માનતા નથી પરિણામે તે બૅરાને તપાસજો ' તમો આ કાઢો આપણા મૅટરનિટીમા વાપરો છો કે નહિ ? વાપરવા જેવી ચીજ છે'

'સુવાવડના બીજા જ દિવસથી આપણે ત્યા આ કાઢો ફરજિયાત આપણે સૌને આપીએ છીએ અને ઈશ્વરકૃપાએ કોઈ ચેપી તાવનો એક પણ કેસ હજી આપણે અહી બનવા પામ્યો નથી"

આ વિદ્વાન ભાઇ ગયા અને એક બહેન આવ્યા મને ગુરુ તરીકે તે લેખે છે એટલે તેમણે મનનો ઊભરો કાઢવા માડ્યો "આ મૅટરનિટી હોમોમા તો તોબા છે ! લોકો મૂર્ખાં છે એટલે બધા ત્યા દોડે છે ત્યા જે સુવાવડો સૂએ છે તેના તમો હાલહવાલ જાણો છો ?' તે બહેને મને પ્રશ્ન પૂછ્યો

મે કહ્યુ "કેમ આટલી સ્વચ્છતા રખાય છે, કપડા સ્ટરિલાઇઝ થાય છે એ બધુ ખોટુ છે શુ ?"

"ના, ના એ ખોટુ છે એમ હું કયા કહુ છુ ? એ બધુ આપણે અપનાવવા જેવુ છે પરતુ બીજા વ્યવહારનુ શુ ? આપણામા તો સવારસાજ બે વખત પુષ્કળ ગરમ પાણીથી નાહવાનો ચાલ છે પ્રથમ આખે શરીરે દાવણ કોઈ વાર ઘી, તેલ ચોળે અને પછી ૮-૧૦ દેગડા ગરમ પાણીથી સારી રીતે શરીરને શેકે એવી રીતે નવડાવે તેને બદલે આજે સ્પજિગ ! તેનનો છાટો નહિ ! ગરમ પાણીનું નામ નિશાન નહિ !'

મે વચમા જ કહ્યુ ' શુ કહો છો ? ગરમ પાણીથી સ્નાન કરાવવામા નથી આવતુ ? સુશ્રુતે તો કહ્યુ છે કે સવારસાજ બન્ને વખત પુષ્કળ ગરમ પાણીથી પ્રસૂતાને સ્નાન કરાવવુ મે તો 'આજે જ જાણ્યુ કે ત્યા સ્નાન નથી કરાવવામા આવતુ !'

' અરે, રામરામ કરોને ! ગરમ પાણીના તો દર્શન જ દોહ્યલા !"

"અને ખાવાનું શું ?" મે પૂછ્યું.

"અરે ખાવામાં ? શું કામ પૂછો છો ? જે ખાવું હોય તે ખાવાની છૂટ ! વટાણાનું શાક આવ્યું હોય તો તે પણ સ્ત્રીઓ ખાય સ્ત્રીઓને એમ જ ઠસાવવામાં આવે છે કે જે પચે તે બધું જ ખવાય સુવાવડ પછી બીજે જ દિવસે ખમણ ઢોકળા ને ભજિયા, ભૂસું ખાતા મે ઘણાને જોયા છે આથી તો બૈરાને આ દવાખાના પ્રિય લાગ્યા છે '

"પંચકોલની રાબ-બાબ જેવું કંઈ આપવામાં આવે કે નહિ ?" મે પૂછ્યું

"અરે પંચકોલ—પંચકોલને ત્યાં સ્થાન શે હોય ? પીપર, પીપરીમૂળ, ચવક, ચિત્રક, સૂંઠ, આ પાંચની રાબડી આપવાનો ચાલ કેવો શાસ્ત્રીય છે ! તેને બદલે પ્રથમથી જ દૂધ, ચા શાક વગેરે ચાનું પરિણામે આજની મોટા ભાગની સુવાવડીઓને કમરનો દુખાવો પ્રદર, યોનિ કે ગર્ભાશયપ્રંશ ડિલનું પાકવું, નિકાશ વગેરે કાયમના રહે છે આપણે ત્યાં શેકને કેવું પ્રાધાન્ય આપવામાં આવતું હતું! એ શેક ગયા, તેલના મર્દન ગયા, પ્રભૂત ઉષ્ણોદકના સ્નાન ગયા અને અમુક ખવાય ન ખવાય એનું જ્ઞાન પણ ગયું આજની સ્ત્રીઓની દુર્દશા, સાહેબ, જોઈએ તો આપણને દુ ખ થાય છે"

"હું જે કહું છું તે આ જ Let us Indianize the western medical sciences આપણે પશ્ચિમની વિદ્યાઓમાંથી ઘણું શીખવાનું છે. પરન્તુ તે સાથે આપણું બધું જ બરાબર સાચવી રાખીને પછીથી જ ખૂટતા અંશો લેવા પરન્તુ આજે તો આપણા ડૉક્ટરોને એમ જ લાગે છે કે આયુર્વેદમાં પ્રસૂતાશાસ્ત્ર જેવું કંઈ છે જ નહિ હું કહું છું કે આપણું પરંપરાપ્રાપ્ત સુવાવડનું શાસ્ત્ર ભલભલા સાયન્ટિસ્ટો માટે સુંદર સંશોધનક્ષેત્ર પૂરું પાડે તેમ છે આપણે અસેળિયાની રાબડી, પંચકોલની રાબડી, વી

પ્રચુર આહાર, પાછળથી મેથીના લાડુ કે કાટલાં ખાવાનો ચાલ–આ બધું હતું માટે જ આપણે બચ્યા છીએ. નહિ તો આપણી ગંદી સુવાવડોમાથી કોઇ ભાગ્યે જ બચ્યુ હોત. આપણે અહીં પશ્ચિમની સ્વચ્છતા જેવી જ બેનમૂન સ્વચ્છતા હતી. ચરક સુશ્રુત જોતા એની પ્રતીતિ થાય છે. તે આપણે ફરીથી અપનાવવાની છે. પરન્તુ એ સ્વચ્છતા કરતા ખાનપાન, દિનચર્યા, સ્નાન, અભ્યંગ, આરામ વગેરે ઉપર વધુ ધ્યાન આપવા યોગ્ય છે એમ મને પણ લાગે છે. પહેલા ત્રણ દિવસ તો મીઠું પણ ખાવામા ન આપવામા આવે. એકલી પીંપરીમૂલ–ઘઉંના લોટની રાબડી જ આપવામા આવતી. તેને બદલે આજે પહેલે જ દિવસે બધું ખાવાની છૂટ !"

"સાહેબ ? આપણે અહીં તો ઠામઠામ વાર સુવાવડની પ્રથાઓ જુદીજુદી યા નિરાળી છે. ખોરાક વગેરે પણ નિરાળા છે. પરન્તુ સૂતિકાને વાતહર ઉપચારો આપવામાં બધા જ એકમત છે. મૅટરનિટી લાઈને એમ. ડી. થયેલા હિંદુસ્થાનના આપણા ડૉક્ટરો માટે તો અહીં વિશાળ ક્ષેત્ર છે. પરન્તુ કોણ જાણે કેમ, આપણા હિન્દી ડૉક્ટરો આપણુ કદી સાભળનાર નથી; પશ્ચિમમાંથી કોઈ જોરદાર અવાજ તેમના કાન ખોલશે ત્યારે જ "

"જે પ્રક્રિયા આખી સ્વાભાવિક–કુદરતી Physiological છે તે હવે રોગગ્રસ્ત Pathological બનવા માડી છે: અને આપણે કોઈ બાટલામાથી ભાગ્યે જ છૂટીશુ એમ મને લાગે છે." એ બહેને ખૂબ લાગણીપૂર્વક આ શબ્દો ઉચ્ચાર્યા અને હુ વિચારમાં ગરકાવ થઈ રહ્યો.

મૅટરનિટી હોમોની આપણા દેશને જરૂર છે ખરી? આ પ્રશ્ન મને ઘણી વખત ઉઠે છે. મને તો લાગે છે કે આ પશ્ચિમનું અનુકરણ જ છે આવા કેટલા ગૃહો બાધીશુ? કેટલો સ્ટાફ રોકીશુ? કોઈએ કદી વિચાર કર્યો છે કે આ યોજના પાછળ અબજો રૂપિયા

જોઈએ? ગરીબ દેશ પાસે એટલા પૈસા છે? અને હોય તોય આ પ્રમાણે ખર્ચવા વાજબી છે? મૅટરનિટીગૃહો મોટાં શહેરોમાં ભલે સ્થપાય. ત્યાં નાની ઓરડીઓમાં રહેવાનું હોય છે. સુવાવડનો ખાટલો ઢાળવાની જગા ત્યાં નથી હોતી. એટલે મુંબઈ, કલકત્તા, મદ્રાસ જેવાં મોટાં શહેરો માટે તેની જરૂર સ્વીકારવી પડશે. પરંતુ તે સિવાય બીજાં સ્થાનોમાં એ શું કામ જોઈએ? અને નર્સોના કાફલા વગેરેનું શું પ્રયોજન? સુવાવડ જેવી સ્વાભાવિક ક્રિયાનું જ્ઞાન આપણી દરેક યુવાન વહુબહેનોને આપવાની ગોઠવણ શું કામ ન થાય? આજે ન શીખવાનું ઘણુંયે આપણી બાળાઓ ભણે છે. તેને બદલે પ્રત્યેક બાળાને આનું પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ આપવામાં શો વાંધો હોય? આપણા ઘરની કોઈ પણ છોકરી પ્રસવ સહજ કરાવી શકે એવું તો તેને શીખવવું જ જોઈએ. પ્રસવની ભિન્નભિન્ન અવસ્થાઓ, પ્રસવ વખતનું કાર્ય, નાળ કાપવી, બાળકને નવડાવી લપેટી દેવું–આ કામો કોઈ પણ ભણેલી છોકરી સહેલાઈથી ન કરી શકે શું? કોઈ ખાસ પ્રસંગ વખતે તો નિષ્ણાત સ્ત્રીવૈદ્યની જરૂર રહેવાની જ. આમ થાય તો પોતાનાં ઘરોમાં જ ઘરના એક સ્વચ્છ વિભાગમાં–ખાટલો ઢળાય, કશી ધમાલ ન થાય, દશ દિવસ જોતજોતામાં પૂરા થઈ જાય. નહિ જેવા ખર્ચમાં સુવાવડ પતી જાય. અને ઘરની સાસુ, મા કે કોઈ સગું જે વહાલથી સુશ્રુષા કરશે તે મૅટરનિટીમાં નહિ જ હોય. અંગ ચોળવું, ગરમ પાણીથી નવડાવવું, એનાં કપડાં ધોઈ જવાં–એક બાઈ આ કાર્ય ખુશીથી આવી કરી જાય. મહિનો આખો બાઈ ઘેર આવે, પ્રસૂતાને તેલ ચોળે, ખૂબ ગરમ પાણીથી નવડાવે, બાળકને નવડાવે, માતા અને બાળકનાં કપડાં ધોઈ જાય, અને બદલામાં માંડ ૧૦–૧૫ રૂપિયા તેણીને આપવાના! હિંદુસ્થાનના અર્થશાસ્ત્ર ઉપર મોટાં પુસ્તકો લખનારા કદી આપણાં આર્થિક આયોજનો પ્રસંગે આ બધાના વિચારો કરે છે ખરા? પશ્ચિમના અંધ અનુકરણ સિવાય આપણા નેતાઓને,

તેમ જ બીજાઓને બીજા ખ્યાલ જ નથી આવતા ! પશ્ચિમમાં મેટરનિટી હોમો ખડાં થયા કારણ કે એમની સમાજરચનાને તે અનુકૂળ છે. ત્યા તો પરણે એટલે પરિસ્થિતિ આખી પલટાઈજાય છે. સામાન્ય તાવ આવે છે કે દરદીને હોસ્પિટલમાં ખસેડવામાં આવે છે. ત્યાં ઘરમા રાખી એની સુશ્રુષા કરનાર કોઇ નથી હોતું. એવી સમાજરચના હોય ત્યા ગંજાવર હોસ્પિટલો જોઇએ અને મૅટરનિટી હોમો પણ મોટી સંખ્યામાં જોઈએ.

હિંદુસ્થાનની સમાજરચના આથી તદ્દન ભિન્ન છે. અહીં સુવાવડ આવે એટલે કોઈ ને કોઈ સગું આવવાનું જ. વધુ નહિ તો દશ દહાડા તો કાઢી આપે જ.

મૅટરનિટી હોમો સાથે વિકૃત મનોદશા પણ આવે છે. સુવાવડનો ડર પ્રજાના માનસમાં વ્યાપતો જાય છે એટલે હોસ્પિટલમાં હોય તો સારું એ જ એક માન્યતા, મૅટરનિટી હોમો આજે જે પ્રસિદ્ધિ ભોગવી રહ્યાં છે, તેની પાછળ આવે છે. કદાચ સ્ત્રી જેવી ચંચળ અને ગતાનુગતિક જાતિમા દેખાદેખીથી પણ આજે મેટરનિટીમાં સુવાવડ સૂવા જવું એ એક ફેશન થતી જાય છે—ફેશન થઇ પડી છે. આજે કોઈ ગરીબ માણસ ઘર આગળ સુવાવડ કરે છે તો તેને સ્ત્રીઓ ટોકી ખાય છે !

સ્ત્રીઓને કયાં ખબર છે કે મૅટરનિટી હોમોમાં જ ચેપની શકયતા વધુ હોય છે. ઘર આગળ આ ચેપની શકયતા જરા પણ નથી હોતી. એક જ સ્થાનમાં જ્યાં અનેક સુવાવડો થતી હોય અને નર્સો તેમ જ આયાઓ વધુ કામ કરતી હોય ત્યાં જ ચેપનો સૌથી વધુ અવકાશ રહે છે; ઘર આગળ નહિ જ., અને હિંદનાં આપણાં પ્રસૂતિગૃહોમાં મને સ્વચ્છતાનાં દર્શન નથી થતાં તે પણ મારે ખેદપૂર્વક કહેવું જ જોઈએ.

અહીં કોઈ પ્રશ્ન ઉઠાવશે કે આપણી ગંદી દાયણોનું શું? માત્ર ચોતરફથી આ બિચારીઓને હડધૂત કરવામાં આવે છે. આજ સુધી આ જ દાયણોએ પ્રસવ કરાવેલા છે અને આપણા બધાના જન્મો આ દાયણોના હાથે જ થયેલા હશે. એક વખત બ્રાહ્મણોએ આ દેશની જે સેવા બજાવેલી તેવી જ આ દાયણોએ આપણી બજાવેલી છે. બ્રાહ્મણોએ જ બ્રાહ્મણ સંસ્કૃતિ સાચવી અને પ્રસારી, પેટે પાટા બાંધી વેદોને કંઠે કરી સાચવ્યા, દુઃખના દિવસોમાં પણ પોતાનો શુદ્ધ આચાર ન ત્યજ્યો. બ્રાહ્મણોની આજે ઠેકડી થઈ રહી છે. આવી રીતે કોઇ પક્ષ કે જાતની ભૂતકાળની સેવાઓ સાવ ભૂલી જવી એ માનવસ્વભાવની નબળી બાજુ છે. દાયણો ગંદી થઈ એમ શું કામ કહો છો? આખો દેશ જ ગંદો થઈ ગયો. બધાં જ ચીંથરેહાલ થઈ ગયાં એમ કહોને! થોડા જ સુખી હશે-બાકી, દેશ આખો જ જ્યાં ગંદો થઈ ગયો હોય ત્યાં બિચારી દાયણો પાસેથી બગલાની પાંખ જેવાં કપડાંની આશા શે રખાય? દાયણની માસિક આવક કેટલી હતી? એ આવકમા એને સફેદ કપડાં પોસાય તેમ હતાં? આ દુર્દશામાં દાયણો બિચારીઓની દયા ખાવાની હોય તેને બદલે આજે 'દાયણો' શબ્દ ઉચ્ચારતાં આપણામાંના ઘણા જે કટાક્ષો કરે છે તે કોઈ રીતે ગૌરવવન્તું તો નથી જ-એમની એ લઘુતા સૂચવનારું છે.

અને આજે પણ આપણા દેશમાં નર્સો જોઈતી સંખ્યામાં ક્યાં છે? આખા દેશમાં આજે પ્રસવો કોણ કરાવે છે? ખરી વાત તો એ છે કે આ દાયણોને ત્રણ માસ ફરજિયાત તાલીમ એકાદ સારા મેટરનિટી હોમમાં આપીને તેમને સર્ટિફાઈ કરવી જોઇએ. સરકારે આ દિશામાં થોડો પ્રયાસ કરેલો પણ છે જ પરન્તુ હજી ઘણું કરવાનું છે. આપણી દાયણોને શહેરના એકાદા પ્રસૂતીગૃહમાં ત્રણ મહિનાના સંસ્કારો મળે તો હું માનું છું કે તે ઘણું ઉપયોગી કાર્ય સાધી શકશે. આજે પણ કેટલીક દાયણો એમના કાર્યમાં અનુભવથી

ખૂબ જ હોશિયાર થયેલી છે સ્વચ્છતા બાબતનો ખ્યાલ આવી જાય એટલું થાય તો બસ છે ત્રણ માસના અભ્યાસક્રમ પછી આ દાયણોની સેવા સરકારે વિનાવિલંબે લેવા જેવી છે

એક તરફથી આ દાયણોને માટે આવો અભ્યાસક્રમ અમલમા આવે અને બીજી બાજુ આપણી દરેક માધ્યમિક શાળાન્ત પાસ થતી બાળાના અભ્યાસક્રમમા 'પ્રસૂતા અને તેની સારવાર એ વિષય ફરજિયાત ભણવો જ પડે એવું કરવું જોઈએ આ બે થતા આપણા દેશમા મૅટરનિટી હોમોનો પ્રશ્ન આપોઆપ જ ઉકેલાઈ જશે ગ્રેજ્યુએટ થનાર બહેનોના અભ્યાસક્રમમા આ વિષય ખાસ હોવો જ જોઇએ

બાકી યુરોપઅમેરિકામા આટલી હૉસ્પિટલો, આટલા ડૉક્ટરો, આટલી નર્સો છે અને એના પ્રમાણમા આપણા દેશમા ઘણુ ઓછુ છે એ રોદણા રડવાની જરૂર જ નથી યુરોપ એ યુરોપ છે હિંદુસ્થાન એનું અનુકરણ નહિ કરી શકે અને કરશે તો ભૂંડા હાલ થશે દેશદેશના સામાજિક બંધારણો, રૂઢિરિવાજો, ખાનપાન, આબોહવા વગેરે બધુ જ ભિન્નભિન્ન હોય છે, એટલુ યાદ રાખવાની જરૂર છે બાકી તો પશ્ચિમ જે કરે તે જ કર્યા સિવાય આપણને જો પ્રગતિ ન જણાતી હોય તો તો પછી કહેવાનુ રહેતુ જ નથી

કસ્તૂરબા ફંડના ટ્રસ્ટીઓ આ દિશામા ધારે તો ઘણુ કરી શકે આ આખોય પ્રશ્ન આપણા જેવા ગરીબ દેશને લક્ષ્યમા રાખીને તેઓ ઘણી સહેલાઇથી ઉકેલી શકે છે



૮ : આટલું તો અવશ્ય જાણજો

(૧) પાણી પીતાં !

પાણી સ્વચ્છ હોવુ જોઈએ એ તો કહેવું ન જ પડે, પણ સ્વચ્છ

એટલું જ પૂરતું નથી. સાધારણ દૃષ્ટિએ જે પાણી સ્વચ્છ જણાય છે, તે સૂક્ષ્મદર્શકયંત્ર વડે જોવાથી જંતુવાળું હોય છે. થોડાક મહિના અગાઉ મુંબઈમાં વાળાનો ઉપદ્રવ ચાલ્યો હતો. તેનું મૂળ કારણ પાણી હતું એ તમારામાંનાં ઘણાખરા જાણતા નહીં હોય. એ પાણી દેખીતી રીતે સ્વચ્છ હતું જ, પરંતુ જંતુવાળું હોવાથી પ્રાણનાશક બન્યું હતું. આપણા લોકો ગંદા હોય છે, અને તે ગંદકી પાણી સાથે મળી જાય છે. એ આપણે જાણતા નથી પણ તે સત્ય વાત છે. નદીનું કે તળાવનું પાણી કદાપિ ઉકાળ્યા વિના પીવું ન જોઈએ. નદી-તળાવના પાણીમાં આપણે હાલમાં તો ગમે તે ગંદું નાખતાં શરમાતા જ નથી. કૂવા પાસે બહુ ગંદકી હોય, અને જો તે પાણી પીવાનું નસીબમાં આવ્યું હોય તો ગરમ કર્યા પછી જ પીવું જોઈએ. ટૂંકમાં આ જમાનામા તમામ પાણીને ગરમ કર્યા પછી વાપરવાં એ સહિસલામત છે.

સ્વચ્છતાની વાત થઈ ગઈ. આપણે કૂવા—નળનું પાણી લાવીને માટલામાં રાખીએ છીએ પાણી વાસી થાય છે એટલે તેમાં પ્રાણનો અભાવ થાય છે. દરેક વાસી પાણીમાં પ્રાણ કમી હોય છે. આથી જ્યારે પાણી પીઓ ત્યારે બે પ્યાલા લો. એક પ્યાલામાંથી બીજામાં, એમ ઊંચેથી પાણી રેડવાથી પાણીમાં પ્રાણ દાખલ થાય છે. આ પ્રાણયુક્ત પાણી પીવામાં મીઠું, પચવામાં હલકું અને ઝાડો-પેશાબ સાફ લાવનારું મનાય છે. જેને દૂધ ન ભાવતું હોય તેને માટે પણ આ રીત સારી છે. દૂધવાળાને ત્યાં ઘણાએ આ રીત જોઈ હશે. તેનું કારણ પ્રાણ ભેળવવાથી સ્વાદ વિશેષ આવે છે તે છે. આ સાદો છતાં ઉપયોગી નિયમ પાણી પીતા જાળવવો હિતાવહ છે.

આજકાલ ચેપી રોગો ખૂબ વધ્યા છે. પાયોરિયા (દાંતમાંથી પરુ નીકળે છે તે વ્યાધિ) દિનપ્રતિદિન વધારે ને વધારે ફેલાતો જાય છે. આ સ્થિતિમાં એક માણસે જે પ્યાલાથી બોટીને પાણી પીધું

હોય તેજ પ્યાલામા બીજો માણસ પાણી પીએ એટલે તે માણસને પહેલા માણસનો રોગ–જ તુદ્વારા–લાગુ પડવાનો સભવ છે રોગનો આટઆટલો ફેલાવો થવાનુ કારણ આ છે એમ ઘણા વિદ્વાન ડૉક્ટરો માને છે હોટલોના ચાકોફીના પ્યાલાદ્વારા ઘણાયે રોગો બીજાને લાગુ પડવાના દાખલાઓ મોજુદ છે. માટે પાણી પીતી વખતે "હુ કોના પ્યાલામા પાણી પીઉં છુ" એ અવશ્ય જોજો. સૌથી સરસ રીત તો પ્યાલો હોઠને ન અડે એમ પાણી પીવું એ છે; એથી કોઈને ચેપ લાગવાની ધાસ્તી નથી રહેતી પાણી ઊંચેથી પીવાથી પાણીમા પ્રાણ આવે છે. પાણી પીતા પહેલા બેત્રણ કોગળાવડે મો સાફ કરજો એ પછીથી જ પાણી પીજો દિવસ આખામા જેટલું પાણી પીવાય તેટલુ છૂટથી પીજો. કબજિયાતના રોગવાળા માટે વારવાર પાણી પીવું સારુ છે.

(૨) કેમ જમવું?

આ દોડધામના જમાનામા જમતી વખતે પણ દોડધામ નજરે પડે છે. ચાવ્યું ન ચાવ્યુ અને મોટામોટા કોળિયા ગળી જઈ પેટ ભરીને ઊઠી જવુ, એ આ જમાનાનો સ્વાભાવિક ક્રમ થઈ ગયો જણાય છે. બહુ જમવામા નહી; પણ થોડું પણ સારી રીતે ચાવીને જમવામા જ દીર્ઘ આયુષ્ય રહેલુ છે તે આપણે સમજતા જ નથી. જે કઇ ખાઓ તે ખૂબ ચાવીને–એકરસ થઈ જાય ત્યા સુધી ચાવીને–ખાઓ. મોમાથી ઝરતો રસ, એ ચાવેલા પ્રવાહી થયેલા ખોરાક સાથે મળશે અને તેનાથી પાચનક્રિયાના કાર્યમા ઓર જ મદદરૂપ થઇ પડશે નહી ચાવવાથી જ કબજિયાત, બદહજમી, અપચો, વગેરે થાય છે. ખોરાક ખૂબ ચાવીને જમો. જમતી વખતે જમવામા જ ધ્યાન રાખો. ખૂબ ધીરજથી જમો. "**तन्मना भुञ्जीत।**" તન્મયતાથી જમોઃ આ સૂત્ર બરાબર યાદ રાખો. જમતા જમતા ઇચ્છા મુજબ છૂટથી પાણી પીજો સ્વાદના કરતા

ગુણ તરફ વધારે ધ્યાન આપજો. યાદ રાખજો કે જેટલા ભોગ તેટલા જ રોગ છે. હંમેશાં ખાવામાં વિવિધતા રાખો, પણ તે ગુણને ભોગે નહીં. ખટરસવાળું ભોજન જમવું જોઇએ, પણ કોઈ પણ રસ સ્વાદને માટે વધારે લેવાથી નુકશાન જ થાય છે એ બરાબર યાદ રાખજો.

(૩) કેમ બેસવું?

તમે જુવાન છો. જુવાનોને હું જ્યારે વાંકા વળીને ચાલતા જોઉં છું, અથવા તો ખૂંધા વળીને બેઠેલા જોઉં છું ત્યારે મને ભારે દુઃખ થાય છે. પહેલાંથી જ આ ટેવ તમને પડેલી હોય છે એટલે મોટી ઉંમરે તે દઢ થયેલી ટેવ તમારાથી મુકાતી નથી. માટે પહેલાથી જ ટટાર બેસવાની અને ચાલવાની ટેવ પાડો. કરોડરજ્જુ ઉપર જ આખું શરીર અવલંબી રહ્યું છે. એને મજબૂત બનાવવા માટે હાલમાં ઘણી જાતની કસરતો યોજાયેલી છે. એ બધી કસરતો ઘણી ઉપયોગી પણ છે. પણ હાલ તો આટલું અવશ્ય યાદ રાખજો કે ખૂંધા વળીને બેસવાથી શરીર કદરૂપું લાગે છે. હોજરી પર દબાણ આવવાથી ખાધેલું પચતું નથી; આંતરડાં પણ બરાબર કામ કરતાં નથી. ટટાર બેસવાથી હોજરી, આંતરડા વગેરે વધારે જોસથી કામ કરે છે, વધારે જોસથી શ્વાસ ખેંચી શકાય છે, અને કરોડરજ્જુ મજબૂત થાય છે. ચાલતાં પણ ટટાર રહો. ખૂંધા વળીને ચાલનારાઓનાં શરીર કઢંગાં લાગે છે. ચાલવાથી જે ફાયદા થવા જોઇએ તે તેવા ચાલનારાઓને થતા નથી. લખતાં, વાંચતાં, રમતાં, ચાલતાં, બેસતાં; દરેક વખતે, તમારી કરોડ ટટ્ટાર રાખો. વાંકા વળવું એ વૃદ્ધત્વની નિશાની છે. જગતની સામે ટટ્ટાર, છાતી કાઢીને ઊભા રહેવાની તમારી ઉમેદ હોવી જોઇએ.

(૪) કબજિયાત વિષે

શરીરમાં આંતરડાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આપણે જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તે હોજરીમાં આવે છે. હોજરીમાં સારી રીતે

દળાયા પછી તે ગ્રહણીમા થઇને આતરડામા આવે છે. અહીં તેમાંનો અગત્યનો સારભૂત પદાર્થ આતરડા શોષી લે છે. "આતરડાની રચના" કોઈ દિવસ બીજા લેખમા લખવાનો વિચાર છે. આતરડા બરાબર કામ કરતા ન હોય તો ખાધેલુ પચતું નથી. ખાધેલું ન પચે એટલે આતરડામા મળ ભરાઈ રહે અને સડો-બદી, ઉત્પન્ન થાય. બદી હોય ત્યા જતુ ઉત્પન્ન થાય છે એ તો તમે જાણતા જ હશો આ બદી ન મટે તો અનેક જાતના રોગો ઉત્પન્ન થાય. આતરડા ચોખ્ખા ન રહે તો મો ગધાય, તાવ આવે, સુસ્તી લાગ્યા કરે, સાધા દૂખે, ખરાબ વાછૂટ થાય, પેટમાં ગુડગુડાટ થાય પચતુ નથી અને કાયમ માટે કબજિયાત થાય છે. આના ઉપાય માટે લોકો વૈદડૉકટરને ઘેર દોડાદોડ કરે છે. કેટલાક તો હમેશા રાત્રે સૂતી વખતે રેચની ફાકી લે છે કેટનાક "ફ્રૂટ સૉલ્ટ" જેવી વિલાયતી દવાઓના બાટના પીધા કરે છે છતા કબજિયાત દૂર થતી નથી; ઊનટી વધે છે. કબજિયાત દૂર કરવાના ઉપાયો નીચે મુજબ છે:–

(૧) હમેશા વહેના ઊઠીને, મો સાફ કરીને તાંબાના વાસણમા ભરી રાખેલું પાણી પેટ ભરીને પીવાની ટેવ રાખો. નાકથી પાણી પીવાથી વધારે સારો ફાયદો થાય છે. આની અસર તુરત નહી થાય. શ્રદ્ધાપૂર્વક હમેશા આ પ્રયોગ ચાલુ રાખશો તો અવશ્ય કબજિયાત દૂર થઇ જશે.

(૨) દાતણ કર્યા પછીથી ઊનુ પાણી ૦॥। શેર અને તેમાં પાવની-ભાર મીઠું નાખીને તે પાણી પીવાથી કબજિયાત ધીમે-ધીમે મટે છે.

(૩) ચા, કોફી કદાપિ ન લેવા જોઈએ ચા પીનારા ઘણાખરા કબજિયાતનો ભોગ થઈ પડેલા હોય છે ચાને બદલે ગરમા-ગરમ દૂધ છૂટથી પીવું.

(૪) આખા દિવસમાં પાણી છૂટથી પીવાની ટેવ રાખો.
(૫) ખૂબ ચાવીને જમજો.
(૬) ચોખ્ખી હવામાં ત્રણચાર માઈલ ફરવા જવાની ટેવ રાખો, અથવા રમવાકૂદવાની ટેવ રાખો.
(૭) રાત્રે પ્રવાહી વધારે લો. બને તો રાત્રે ખાવું નહીં અને તેને બદલે ૧ શેર દૂધ પીવું સારું છે.
(૮) ખાવામાં લિંબુનો રસ યથેચ્છ વાપરો. એથી પાચનક્રિયા વધશે. પિત્ત બરાબર ઝરશે અને જંતુઓ મટશે.
(૯) બસ્તિ-ડુશ, એ સરસ સાધન છે. બજારમાં ડુશ (એનિમા) વેચાતી મળે છે. પંદર પંદર દિવસે બસ્તિ લેવાથી આંતરડાં બહુ જ સરસ રીતે ધોવાઈને સાફ થશે. આંતરડાંની ભીંતો ઉપર જે કંઈ વળગી રહ્યું હશે તે ધોવાઈ જશે અને વળગી રહેલો સૂકો મળ બહાર પડી જશે. બસ્ત ઉપર આયુર્વેદમાં બહુ લખેલું છે. અર્ધચિકિત્સા બસ્તિને ગણેલી છે.
(૧૦) સૂર્યભેદન વ્યાયામ, શીર્ષાસન, દોડવું, તરવું વગેરે કબજિયાત દૂર કરવાનાં સરળ સાધન છે.

(૫) દાંત સાફ રાખવા.

આજકાલ જ્યાં જુઓ ત્યાં ખરાબ દાંત, ગંધાતું મોં, અને લોહીપરૂથી બદબદી રહેલાં દાંતનાં પીઢિયાં, જોવામાં આવે છે. સામો માણસ વાત કરતો હોય ત્યારે એના મોંમાથી જે ખરાબ ગંધ આવે છે તે ઘણાને યાદ હશે. આ બધાનું કારણ ઘટતી જતી જીવનશક્તિ, કાયમની બદહજમી અને હોજરી ઉપર વધારે પડતો બોજો વગેરે છે. કેટલેક અંશે હોટલનાં ચા, કોફી જેવાં પીણાં પણ એને માટે જવાબદાર છે. હદ ઉપરાતનાં પાનસોપારી અને તંબાકુ તેમાં મોટો ભાગ ભજવે છે. આને માટે કેરકેર કોલોગ્ન ડેન્ટલ પાઉડર, ક્રીમ, દંતમંજનો વગેરે વપરાય છે પણ ખરાં પરંતુ આ બધાથી કાયમનો

ફેર નથી જ પડતો. આ રોગ (પાયોરિયા) પહેલા કોઈ ડોક્ટર કે વૈદ્ય ઓળખતા જ ન હતા. સડેલા પેટનું, એ રોગ સુંદર પ્રદર્શન છે. નીચેના ઉપાયો, સૂચનાઓ પાયોરિયાના નિવારણ માટે ઠીક પડશે:

(૧) હંમેશાં સવારસાજ બે વખત લીંબડાનું તાજુ દાતણ કરો. કોઈ પણ ક્રીમ કે મંજન આની તોલે આવે એમ નથી એમ નિષ્ણાત દંતવૈદ્યનું કહેવું છે.

(૨) અજીર્ણ કે કબજિયાતને દૂર કરો. પેટ સાફ હશે તો પાયોરિયા થશે જ નહીં.

(૩) ગળપણ જેમ બને તેમ ઓછું વાપરો. ખાધા પછી એક સારી વાસની સળી વડે દાંતમાં ભરાઈ રહ્યુ હોય તે સાફ કરી નાખી મીઠાના કોગળા કરી નાખો.

(૪) વારંવાર પાનના ડૂચા નહિ ભરતાં ફક્ત બે જ વખત જમ્યા બાદ પાન ખાઓ. ડૂચા દાંતની બખોલોમાં ભરાઈ ન રહે એ સંભાળજો.

(૫) કોઈ પણ રીતે બીજાના દાંતનો ચેપ આપણને ન લાગે, એટલું સાચવજો. હૂકો, (ચાના) પ્યાલા, બીડી, વગેરેથી ચેપ ફેલાય છે.

(૬) બહુ પ્રવાહી ખોરાક ન ખાઓ. દાંતને કસરત મળે એવો જ ખોરાક ખાવો ઠીક છે.

(૬) કસરત.

કોઈ પણ પ્રકારની કસરત ભાવનાસહિત કરો. દોડો, ફુટબોલ રમો, હોકી કે ગેડીદડા રમો, કુસ્તી કરો, દંડબેઠક કરો, બેલન્સના દાવો કરો, મગદળ કે ડંબેલ્સ ફેરવો. યાદ રાખજો કે છ વાગ્યા પછી ઘરમાં ભરાઈ રહેવું તે હાથે કરીને વૈદ્યને નોતરવાનું છે. છ વાગ્યા પછી દરેક બાળકે, વૃદ્ધે, સ્ત્રીઓએ, ચોખ્ખી હવામાં જઈને આનંદસહિત મહેનત કરવી, કે શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવા.

ખુશનુમા સંધ્યાનાં નવચેતનપ્રદ દશ્યો નિહાળવાં, અને પ્રભુની મહત્તા પિછાણી આપણી અહંતા ભૂલવી એ પણ આયુષ્યપ્રદ છે. સારા વિચારો, સારો પુષ્ટિકારક ખોરાક, અને અમુક હદમાં અંગમહેનત આયુષ્યને લંબાવનારાં છે. સ્નાયુના વિકાસ માટે એકદમ બધી શક્તિ ના ખર્ચો; તેમ જ માનસિક વિકાસને ભોગે શરીરને પાયમાલ ન બનાવો. સ્નાયુઓ તો કેવળ શોભાના જ છે ખરી આવશ્યકતા તો જીવનશક્તિની vital energy ની છે. કસરત એ તાંબાની માત્રા છે, સાચું રસાયન છે, શરીર માટે સાચું જીવન છે. **चिमकवनगात्रत्वम् व्यायामादुपजायते।** બ્રહ્મચર્ય અને કસરતની એકરૂપતા સધાતાં જીવન કંઈ ઓર જ કાન્તિથી પ્રકાશી ઊઠે છે.

(૭) પ્રાણાયામ.

પ્રાણવાયુ જેમ લોહીને વધારે મળે, તેમ તે વધારે શુદ્ધ અને વધારે વેગવાન બને છે. કોઈ પણ કામ કરતા હો છતાં પણ ઊંડા શ્વાસ લેવાની રીત પાડો. એથી ફેફસાંની શક્તિ વધશે, લોહી શુદ્ધ બનશે અને જીવનશક્તિ વધશે. ટટાર બેસતાં, ચાલતાં સ્વભાવિક રીતે જ ઊંડા શ્વાસ લેવાય છે. ગમે તેવા થાકી ગયા હો પણ સ્વચ્છ હવાના ઘૂંટડા શ્વાસમાં લેશો તો નવું જ જીવન અનુભવશો. જેમ શ્વાસ વધારે ઘૂંટી શકાય તેમ જીવનશક્તિ વધારે હોય છે. કદાપિ મોં વડે શ્વાસ ન લો. નાકમાં જે વાળ પ્રભુએ આપ્યા છે તેને કેટલાક શોખીનોને ઉખાડી નાખતા મેં જોયા છે. એવા અક્કલમંદોને ઓછી જ ખબર હોય છે, કે નાકના વાળ હવાને ગાળવા માટે ચારણી જેવું કામ કરે છે. જે હવા આપણે શ્વાસમાં લઈએ છીએ તેમાં ધૂળનાં રજકણો અને બીજાં જીવજંતુઓ હોય છે, તે બધાંને વાળ અંદર જતાં અટકાવે છે. અર્થાત્ શુદ્ધ હવાને જ અંદર જવા દેવી અને કચરાને બહાર અટકાવી રાખવાનું અગત્યનું કાર્ય કરાવવા માટે જ પ્રભુએ નાકમાં વાળ રાખેલા છે. એ ઉપરાંત ગમે તેવી ઠંડી હવા પણ નાકને રસ્તે અંદર જતાં યોગ્ય ગરમીસંપન્ન બને છે એવી પ્રભુની રચના છે.

મો વાટે એ જ હવા અંદર જવાથી અનેક રાગો થાય છે કારણ કે અશુદ્ધિને અટકાવવાને મોમાં સાધન નથી હંમેશા નાકથી જ શ્વાસ લો મો ખાવા અને બોલવા માટે જ વાપરવુ મોથી શ્વાસ લેનારને રોગ લાગુ પડે છે છાતી ફુલાવીને પ્રાણપિયુષ અંદર લો યુવાનો માટે તો આ ખાસ જરૂરનુ છે

(૮) સાફસુફ કરતા શીખો.

ગુદા ઉપસ્થ વગેરેને સાફસુફ રાખવાનુ હુ કહુ છુ એટલે તમને હસવુ આવશે પણ એમાં હજુ આપણે ઘણુ જ જાણવાનુ છે ગુદા ધોતા આપણને ખરેખર નથી આવડતુ અંગૂઠા પાસેની આંગળી પહોંચે ત્યા સુધી મળદ્વારમાં જવા દો અને ફેરવીને જે મળ આજુબાજુ ચોંટયો હોય તે સાફ કરો પહોંચે ત્યા સુધી આગળી ફેરવીને ગુદા સાફ કરવી એ જરૂરનુ છે એવી રીતે ન કરવાથી જંતુઓ ત્યા આગળ જમા થવાની ધાસ્તી રહે છે ગુદપ્રક્ષાલન માટે પાણી સ્વચ્છ વાપરવુ

ઉપસ્થ માટે પણ શુદ્ધિની જરૂર છે આગળની ચામડીને મણિ સુધી નીચે ઉતારીને ગરમાગરમ પાણીથી હમેશા એકાદ વખત ઉપસ્થને ધોવુ જોઈએ એ પ્રમાણે નહિ ધોવાથી નાહકની ઉશ્કેરણી, ખુજલી વગેરે પેદા થાય છે ધોવાના વખતે જ ઉપસ્થને હાથ લગાડવો એ સિવાય ઉપસ્થને હાથ લગાડવાથી શુદ્ધિનો ભગ થાય છે બને તો ઠંડા પાણીની ધારા પણ ઉપસ્થ ઉપર કરજો એથી ત્યા આગળ રહેલા જ્ઞાનતંતુઓની શકિત વધે છે અને ઉશ્કેરણી વીર્યસ્રાવ વગેરે થતા અટકે છે જેમ ગંદકી વધારે તેમ ઉશ્કેરણી વધારે એ સાધારણ નિયમ છે

વીર્યસ્રાવ થતો હોય તો પેટ હલકુ રાખજો અને વિચારો સારા સેવજો આ વિષય ઉપર તો પુસ્તકો લખવા જોઈએ આવા ટૂંકા લેખોમાં આટલુ જ બસ છે વીર્યનો દુરુપયોગ કદાપિ ન કરો **मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुधारणात्।** વીર્યના અકાલ પતનથી

મરણ પાસે આવે છે, અને વીર્યધારણથી જીવન લંબાય છે; એટલું અવશ્ય યાદ રાખજો.

(૯) વ્યસનથી દૂર રહેજો.

વ્યસનમાત્ર ખરાબ છે. તમે યુવાનો છો અને હજુ તમને અફીણ, ગાંજો, ભાંગ જેવાં વ્યસન તો લાગુ નહિ જ પડયાં હોય. ચાના તમે રસિયા બન્યા હશો એમ સંભવ છે. ચાનો ઇતિહાસ તમો. જાણો, તો તમો તરત જ ચા પીતા અટકો. ચા પીવાથી કબજિયાત વધે છે, ભૂખ ઓછી થાય છે અને તમારા આંતરડાની શ્લેષ્મકલા રંગાય છે. ચાથી અવસ્ય તમને ઘડીભર આરામ અને આનંદ મળે છે અને મળશે. પણ એવાં ઉશ્કેરક પીણાં આખરે તો અવસાન જ ઉત્પન્ન કરે છે. દૂધ પીવાનું વ્યસન રાખો. એથી શકિત અને વીર્યની વૃદ્ધિ થશે. ચા, કોફી, તમાકુ વગેરેનો ત્યાગ કરો. વ્યસનોના ગુલામ તમારાથી ન બનાય. તમારા ઉપર તો મોટેરાંની કંઈ કંઈ આશાઓ છે. જો તમો જ વિલાસી અને વ્યસનલોલુપ બની જશો તો પછી જીવનસૌન્દર્યનું ભાન આડે રસ્તે ચઢેલાઓને તમારા વિના કોણ કરાવશે? જીવનશકિતને મેળવવી હોય તો કોઇ પણ જાતનાં પીણા છોડો.

(૧૦) જુસ્સો કેળવો.

તમે ગમે તેવા મજબૂત હશો પણ ઠંડા મિજાજના હશો તો તમને ગમે તેવો નમાલો માણસ અપમાન આપી જશે. યોગ્ય સમયે તમારો પુણ્યપ્રકોપ ભભૂકી ઊઠવો જોઈએ. કોઈ બહેનની લાજ લૂંટાતી હોય, અને તમો તે જોયા કરો તો ધૂળ પડી તમારા જીવનમાં. અન્યાય, પ્રપંચ, જોરજુલમ દેખીને તમારૂં સમસ્ત લોહી ઊકળી ઊઠવું જોઈએ. ગુજરાતના યુવકોનું લોહી ઠંડું પડી ગયું છે. એકાદ મુસલમાનના બાળકથી, એકાદ અફઘાનથી, ગુજરાતના નવયુવાનોના સાંધા ગગડી જાય છે.

જોર તો અખાડામાં જવાથી આવશે, પણ જુસ્સો તો તમને સારા મિત્રોના સંગથી, તમારી જાતને જાણી જોઈને સાહસમાં–ભયમાં મૂકવાથી જ, જીવનની બેપરવાઈથી જ આવશે. અત્યારના આ યુગમાં ગુજરાતના કુમારો સાહસિક, નિર્ભય અને તેજસ્વી બને એ જોવા કયો ગુજરાતી નહિ તલપતો હોય? સ્વામી રામતીર્થ કહે છે કે "નબળા હોવું તે પાપ છે." આપણે નબળા હોઈશું, ઠંડા લોહીના હોઈશું, તો જ બદમાસો કુકર્મો માટે ફાવશે. પોચી જમીન ન હોય તો પગ ખૂંચે જ નહિ. કુમારો! તમો શાંત, દાંત, ધાર્મિક, જ્ઞાની અને તેજસ્વી બનો. તમારા ઉપર તો ભારતની કેટલીયે આશાઓ નિર્ભર છે. એ આશાને સફળ કરવી એ તમારું કાર્ય છે. તમારામાં નવું લોહી છે, નવીનજોમ છે, તેજસ્વિતા છે, લોખંડી સ્નાયુઓ છે. તમને બીક શાની? તમને નિરુત્સાહ કે વિષાદ શાનો હોય? એ તો વૃદ્ધો માટે છે.



૯ : પશ્ચિમનું અંધ અનુકરણ

છેલ્લાં ત્રણેક વર્ષથી આપણાં સ્વાસ્થ્ય સચિવ અમૃત-કુંવરબા યુરોપમાંથી બી. સી. જી. વેક્સિન—ક્ષય અટકાવવાની રસી લઈ આવ્યાં છે. હિંદુસ્તાનની ભૂમિ ઉપર આ વેક્સિન લઈને નાનકડું સૈન્ય પણ યુરોપથી ઊતરી આવ્યું છે. અને આપણા વિદ્યાર્થીઓ ઉપર રસીઓ મૂકવી પણ શરૂ થઈ ગઈ છે. ગરીબ હિંદુસ્તાન આ માટે વર્ષ દિવસે ૭ કરોડ રૂપિયા લાગલાગટ પાંચ વર્ષ સુધી ખર્ચશે! અને ત્યાર બાદ ત્રણત્રણ કરોડ રૂપિયા ખર્ચશે. કારણ, હિંદમાં ક્ષયરોગ ખૂબ વધે છે. એટલે અમૃતકુંવરબાનું સ્ત્રીહૃદય દ્રવી ઊઠ્યું અને આ 'રસી'નું દાન ક્ષયરોગીઓને ધર્યું

છે. અમૃતકુંવરબા જાતે તો ડૉક્ટર નથી, એટલે કોઈ અન્ય ડૉક્ટરની સલાહ તેમને મળી હશે. સંભવ છે આપણા ડૉ. જીવરાજભાઈની સલાહ તેમને મળી હોય. આમ અનુમાન કરવાનું કારણ છે. ત્રણેક વર્ષ ઉપર ડૉ. જીવરાજભાઈએ 'ટાઇમ્સ ઑફ ઇંડિયા' ના ૧૫મી ઑગસ્ટના ઇન્ડીપેન્ડન્સ ડે સપ્લીમેન્ટમાં "ઇન્ડિયાઝ પ્રોગ્રેસ ઑન ધી હેલ્થ ફ્રન્ટ" નામનો લેખ લખ્યો હતો. અને એ લેખમાં તેમણે બી. સી. જી. વેક્સિનેશનને અર્ધ્ય અર્પ્યો હતો. "One of the significant achievements of the Government of India on the health front is the introduction of B. C. G. Vaccination against tuberculosis." ખેર, ગમે તેના કહેવાથી આ રસી લાવવામાં આવી હોય, પરંતુ આ રસીથી ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટશે. એવી શુદ્ધ ભાવના તો જરૂર છે જ. ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટતું હોય તો વાર્ષિક છ કરોડ રૂપિયાની શી વિસાત છે!

પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે યુરોપ-અમેરિકામાં આ રસીનો વ્યાપક ઉપયોગ થયો જ નથી. એનાં પરિણામો પણ બહુ સારાં નથી આવ્યાં એમ ખુદ હિંદ સરકારના ક્ષયરોગ સલાહકાર ડૉ. વર્ધીસ બેન્જામીને જાતે જ કબૂલ કર્યું છે. એ કહે છે કે, "જો ઉત્તર અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં આ બી. સી. જી. રસીના ઉપયોગથી ક્ષયની મરણ-સંખ્યા ઓછી થઇ છે તો આપણે આશા રાખીશું કે હિંદમાં પણ એ જ રીતે ક્ષયથી થતી મૃત્યુસંખ્યા ઘટશે." આ વાક્ય બતાવે છે કે હિંદુસ્તાનના વતનીઓ કરતાં તદ્દન ભિન્ન જાતના વતનીઓ જેમનો આહારવિહાર અને મનોવિકાસ આપણા કરતાં તદ્દન ભિન્ન છે-એવાઓ ઉપરના પ્રયોગની વાત ડૉ. બેન્જામીન કરે છે. આગળ ચાલતાં એ પોતે જ કહે છે કે, "યુરોપમાં છેલ્લાં ૨૦ વર્ષોથી આ ક્ષયની રસી યુરોપિયન વતનીઓમાં પણ વપરાયેલી છે, અલબત્ત બહુ ઓછી જનસંખ્યા ઉપર-અને તે પણ આહારવિહાર વગેરેના

બરાબર નિયમન સાથે જ–તેના પરિણામો પણ આશાજનક આવેલાં છે." નાની જનસંખ્યા ઉપર, બરાબર આહારવિહારાદિનું નિયંત્રણ રાખી, આ રસી અજમાવવાથી સંતોષકારક પરિણામ આવ્યું હોય તો તેમા નવાઈ શી છે? આહાર તેમ જ સુંદર ઘરો વગેરેની બધી સોઇ સાથે આવી રસીઓ ભલે અપાય. હિંદમા તો કોઈ જાતનું આવુ નિયમન જોવામા કે જાણવામા નથી આવ્યું. ડૉ. બેન્જામીન કહે છે કે, "હિંદમા ૧ કરોડ માણસો તો આ Tuberculin Negative હશે જ અને તેને આ રસીઓ આપવામા આવશે. ૨૦ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના આ લોકો હશે. આવતા પાચ વર્ષમાં જો આમાંના ૮૦ % ને આ રસી આપી દેવાય અને પછીની પેઢીઓમાં પણ સતત જાગૃતિ રાખી રસી આપી પુનઃ પરીક્ષાઓ થતી રહે તો આવતાં ૧૫ થી ૨૦ વર્ષોમાં ક્ષયથી થતું મરણપ્રમાણ ઘણું ઘટી જાય ખરું. ઉત્તર અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં જે થયું તે જો હિંદમાં થાય તો ૨૦ વર્ષ બાદ ૫ લાખ રોગી હાલ ક્ષયના છે તે ઘટીને ૧ લાખ જેટલા જ રહેશે." આગળ ઉપર આ વિદ્વાન કહે છે કે, "પશ્ચિમમાં પૂરેપૂરી તકેદારી રાખી, કંટ્રોલ્ડ પ્રયોગો કરી, જે શુભ પરિણામો લાવી શકાયાં છે તેવાં હિંદમાં આવશે કે કેમ તેનો ઉત્તર આજથી નિશ્ચિતપણે ન જ આપી શકાય. પરિણામો વિષે બોલવા તો કેટલાંય વર્ષો જોઇશે." મેં ડૉ. બેન્જામીનના નિવેદનમાથી ઉપલા ફકરા લીધા છે. આ નિવેદન ડૉ. બેન્જામીને કૉમનવેલ્થ રિલેશન્સ કૉન્ફરન્સ પાસે કરેલું છે, અને દિલ્હીના 'હિંદુસ્તાન ટાઈમ્સ' (જુલાઈ ૧૯, ૧૯૪૯)માં છપાયેલું છે. સાચી વાત એ છે કે ડૉ. બેન્જામીનના બોલવામાં કે દલીલોમાં જરા પણ બળ નથી. આ રસીના ઉપયોગ વિષે તે પોતે પણ શંકાશીલ લાગે છે. સંભવ છે કે જવાબદારીના ભાનવાળા સજ્જનો શબ્દો તોળીતોળીને વાપરતા હશે. પરંતુ આખા નિવેદનમાંથી પ્રત્યયાત્મક વાણી મુદ્દલેય નથી વંચાતી.

જે રસી વિષે ખુદ ડૉક્ટરોનો મોટો ભાગ વિરુદ્ધમાં છે એટલે

કે તરફેણમાં નથી તે રસી હિંદુસ્તાનના નિર્દોષો ઉપર લાદવામાં આવેલી છે. આપણા ડોકટરો આપણી સરકારને આંખે કેનાકેવા પાટા બંધાવી શકે છે તેનો આ રસી ઉત્તમ નમૂનો છે.

ક્ષયરોગના ખરા કારણો ગીચ વસ્તી, હવાઅજવાળા વિનાના ઘરો, અયોગ્ય અને અપૂર્ણ પોષણ, છવલેણ ચિંતાઓ, બેહદ ગરીબાઇ, સ્વચ્છતા તરફની અક્ષમ્ય બેદરકારી વા અજ્ઞાન—આ છે તે સૌ સ્વીકારશે જ. આ સ્થિતિ જ્યાં પ્રવર્તી રહી છે ત્યાં આ રસીના પરિણામો કેવા આવશે તે કહેવું શું મુશ્કેલ છે? એક અંધારી ઓરડીમાં પાંચછ છોકરા સાથે માબાપ રહે છે આ છોકરાને ક્ષયની રસી આપવાથી શું ક્ષય થતો અટકશે? દૂધ, ઘી, તેલના તો ગરીબો માટે દર્શન જ દોહ્યલાં થઈ પડયા છે. બેસીતમ મોંઘવારી હજી વધુ ક્ષયના રોગીઓ ઉત્પન્ન કરશે. જે જાતનો અયોગ્ય ખોરાક આપણી સરકારનું રેશનિંગ ખાતું આજે વર્ષોથી આપે છે તે માણસો માટે ખાવાલાયક જ નથી હોતો આ બધું છે તે ડૉ જીવરાજ મહેતા અને અમૃતકુંવરબા નથી જાણતા એમ કેમ મનાય! વળી આને માટે પ્રાથમિક શાળાઓમાં જતા તમામ બચ્ચાંને રાજ્ય તરફથી વરસે દહાડે ૭ કરોડનું દૂધ આપવાનું કોઈને કેમ ન સૂઝ્યું? જો સરકાર એમ કહે છે કે દૂધ હાલના તમકે શકય નથી તો પછી ઑસ્ટ્રેલિયાથી કે બીજેથી ૭ કરોડ રૂપિયાની ગાયો અને ખૂંટો મંગાવવાનું શકય ન હતું? દૂધની મહત્તા, સંપૂર્ણ ખોરાક તરીકેની તેની પ્રતિષ્ઠા, અમૃતકુંવરબા નહિ સમજતા હોય? ૭ કરોડ રૂપિયા દૂધ પાછળ ખર્ચવામાં આવ્યા હોત તો મારી ખાતરી છે, અને શિક્ષિત જનો પણ એ સ્વીકારશે જ કે ક્ષયરોગ જોતજોતામાં ઘણો ઓછો થઈ જાત. પરંતુ આ સાદી વાત આપણા રાજધુરંધરોને નથી સૂઝી અને બી સી. જી. વેક્સિનના પ્રોપેગેન્ડા પ્રવાહમાં—પછી તે સુધરેલી પ્રજામાં માનભરેલું સ્થાન મેળવવાના મોહથી હો કે હેલ્થમિનિસ્ટર વધુ પડતા

પશ્ચિમી સાયન્સની સિદ્ધિઓમા શ્રદ્ધાવાળા હોય–તણાવા એ ખરેખર અચબો પમાડનાર વાત છે શરીર ઉપર ખાદી અને આખી અ તરચેતના પશ્ચિમી એવુ ઘણા ગાધીભક્તોને માટે કહેવામા આવે છે તે આ જોયા પછીથી તો અવશ્ય વિચારણીય લાગે છે

વળી અગાઉ વર્ષો પહેલા અમૃતકુવરબા બોલ્યા હતા કે "આપણા લોકો ખૂબ જ જૂનવાણી વિચારના છે; નવુ તેઓ અપનાવી શકતા જ નથી" (આ સાર છે સ્મૃતિ ઉપરથી મે આપેલો છે) એટલે હમણા ન્યુટ્રિશનલ કમિટી કે એવા જ બીજા નામવાળી સસ્થા તેઓએ સ્થાપી છે અને આ સસ્થા હવે હિદની જનતાને નવો ખોરાક આપશે ! આ જ્યારે મે વાચ્યુ ત્યારે મારા મુખમાથી નિસાસો નીકળ્યો આ અમારા હેલ્થ મિનિસ્ટર ! આપણને જૂનવાણી કહીને તેઓ પોતાની જાતને પશ્ચિમી સભ્યતાના ઉપાસક તો નહિ માનતા હોય ને ! ભલે ન્યુટ્રિશનલ લેબોરેટરીઓ સ્થાપો, ધોળા હાથીઓ બાધો, આતરરાષ્ટ્રીય સમિતિઓમા ભલે એરોપ્લેનમા ઊડીને જાઓ અને હિદ જરાકેય પછાત નથી પણ ખૂબ civilized છે એમ ભાષણો આપી આવો ! લોકોને એક તરફ પેટપૂરતો ખોરાક આપવાનુ આપણા રાજધુરધરોને સૂઝતુ નથી, અને આવી નવી નવી સસ્થાઓ પાછળ લખલૂટ ખર્ચો ચાલી રહ્યા છે ! આ કમિટીઓ કાલે આપણને ખોળનો ભૂકો ઘઉના લોટમા ઉમેરીને ખાઓ, ફણગા ફોડેલા કઠોળ ખાઓ, દૂધનો પાઉડર સારા દૂધની અવેજીમા લો, શકરિયાનો લોટ કે શકરિયાનુ શાક ખાઓ, ટેપિઓકાનો સ્ટાર્ચ વાપરો, સોયાબીન વાપરો, મલ્ટીવિટામીન ગોળીઓ ખાવામા લો, વગેરે વગેરે કહેશે તલ કે મગફળીના ખોળનો ભૂકો રસાયણ દષ્ટિએ (chemically) ખાદ્ય ઘટકો દર્શાવનાર જરૂર હશે, પરતુ આયુર્વેદે તેને ખાવાની મના કરેલી છે. આયુર્વેદવેત્તાઓ તો જૂનવાણી વિચારના છે જ એટલે પકડેલુ પૂછડુ છોડે જ નહિ એમ આપણા

સુધરેલા-અથવા સુધરેનામાં ખપવા આડંબર કરનારાઓ કહેશે વઢીદા-રણુગારેના ધાન્યો-પણ હમેશા ખાવા જેવા નથી. જ્યારે શાકભાજી ન મળતા હોય ત્યારે જ તે ખાવા જેવા છે, ક્વચિત્ ખાવા જેવા છે એમ આયુર્વેદમાં કહ્યું છે. પરંતુ પશ્ચિમમાંથી આ વાત આવ્યું છે અને પશ્ચિમમાંથી આનો વિરોધ નહિ થાય ત્યાં સુધી આ માન્યતાને કોણ ડગાવનાર છે? અમળે રૂપિયા પ્રચાર પાછળ ખર્ચનાર માતબર કંપનીઓ, ફાર્મસીઓ, સાયન્સનો સ્વાંગ પહેરાવીને નવા નવા પેટન્ટ ફૂંડો હિંદમાં ઠાલવી રહ્યા છે વિલાયતી દવાઓ સિવાય આપણું ડોક્ટરોને ચાલતું જ નથી એટલે રોજરોજ, નવીનવી દવાઓ ન આવે તો તેમને પ્રગતિ ઓછી લાગે! ડૉ કેનેથ વૉકર જેવા પ્રખર વિચારક ડોક્ટરે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે, "Change has been taken to be synonymous with progress and the fabrication of new theories with truth" (Diagnosis of Man) નવા નવા વાદો એ જ સત્ય અને દિન પર દિન કંઈક નવીનતા એ જ પ્રગતિ એ આ જમાનાની બલિહારી છે થોડા વર્ષો પહેલા 'ટાઈમ્સ'માં "આર્થરાઇટીસની રામબાણ દવા" ઉપર લખાણ હતું. પોતાને પ્રગતિશાળી માનતા એક સદ્‌ગૃહસ્થ તેના વખાણ કરવા લાગ્યા "આ લોકોની શોધોથી તો હવે જગતમાં રોગો જ નહિ રહે" એમ તે બોલવા લાગ્યા છાપાવાળાના ગમે તેવા સ્ટંટો આજે સત્યની ઉપાસના મનાય છે! જે દવાઓના ગુણદોષ કોઈ જાણતું નથી તે પહેલા વિલાયતી છાપા અને એજન્સીઓ તેનો જંગી પ્રચાર કરી ભલભલાને મોહમાં નાખી દે છે હિન્દુસ્તાન આનો સૌથી પહેલો ભોગ બને છે પરપ્રત્યયનેય બુદ્ધિવાળા આપણે મૂંગા છીએ એ જ એનું કારણ છે વિવેકભ્રષ્ટોનો વિનિપાત ભર્તૃહરિએ ઠીક ગાયો છે હિંદના ડોક્ટરોને સર જ્હોન વુડ્રૉફે 'ઇગ્લેંડના મનમિજ પુત્રો'નું બિરુદ આપ્યું છે તે સાચું નથી શું?

હવે તો સરકાર ક્ષયની પ્રચંડ હારિપટની સ્થાપના લાગી છે – ૫૦૦ અને ૧૦૦૦ પથારીઓવાળી ! કારણ યુરોપ અમેરિકામા ક્ષયની આટલી પથારીઓ અને હોસ્પિટલો છે, જ્યારે હિંદમા નહિ જેવી જ પથારીઓની વ્યવસ્થા છે ! યુરોપ અમેરિકાનુ સામાજિક અને આર્થિક જીવન જ આપણાથી તદ્દન નિરાળુ છે તેમનો ખોરાક આગોકવા, સરકાર બધા જ નિરાળા છ આપણે તેની નકલ કેમ કરી શકીશુ ? લોકોને શુદ્ધ દૂધ ઘી આપવાના પ્રબધ કોઈ કરતુ નથી અને આવી ગજાવર હૉસ્પિટલો બાધે ક્ષય શુ અટકવાનો છે ? અમેરિકામા જે જાતની ગજાવર રકમ, આશરે સિત્તેર ક્રોડ ડૉનર, દર વર્ષે મેડિમ્લ ખાતા માટે ખર્ચાય છે, તેની સરખામણી હિંદ કરવા જશે તો મરે નહિ ને માદુ તો પડશે જ ભોર કમિટીની અબજો રૂપિયાની યોજના આ લખતી વખતે મારી દૃષ્ટિ સમક્ષ તરવરે છે પશ્ચિમના અધ અનુકરણ વિના આ બીજુ શુ છે ? મોટીમોટી હૉસ્પિટલો ખોલે રોગો અટકે છે એ ખ્યાન તદ્દન ભૂલભરેલો છે અરે આ હોસ્પિટલોનો સાચો લાભ પણ ગરીબોને કે સાધારણ સ્થિતિવાળાઓને કયા મળે છે ? અમેરિકામા આટઆટલી ગજાવર હોસ્પિટનો અને લાખોની સખ્યામા નર્સો વગેરે હોવા છતાય ' degenerative diseases " જીવનનો હ્રાસ કરનાર રોગો દ્દદકે ને ભૂસકે વધતા જાય છે. અમેરિકાની બધી હોસ્પિટલોના દરદીઓ કરતા માનસિક હોસ્પિટલોના દરદીઓની સખ્યા ઘણી વધુ છે આ યુગમા મજ્જાતત્ર ઉપર જે બોજો પડે છે તે ઓછો કરવા કોઈ પ્રયત્ન કરતુ નથી અને મોટી હોસ્પિટલો ગતાનુગતિ દૃષ્ટિએ કાઢવી એમા વિવેક નથી જણાતો એલોપથીએ છેલ્લા ૧૦૦ વર્ષોથી અબજો રૂપિયા એના વિરાટ દેહમા ઓહિયા કર્યા છે અને છતાય દેશનુ મરણપ્રમાણ કે રોગપ્રમાણ સુદ્ધેય ઘટયુ નથી, ઉનટુ વધ્યુ છે કોઈ કહેશે કે એમા વૈદકીય વિજ્ઞાનનો શો વાક ? સામાજિક જીવન સુધર્યા વિના ચિકિત્સકો પણ શુ કરે ? આના જવાબમા એમ કહી

શકાય કે આધુનિક ચિકિત્સાવિજ્ઞાન સામાજિક થઈ શક્યું જ નથી. આ પરદેશી છોડ હિન્દની ભૂમિ ઉપર રોપવામાં આવ્યો છે. પરંતુ તેનામાં સામાજિક દૃષ્ટિ હતી જ નહિ; અને વળી તે સામાજિક થઈ શક્યું જ નથી. સાયન્સ ગમે તેટલું સાયન્ટીફિક હોય પરંતુ તે જો સામાજિક ન થઈ શકે તો શું કામનું? એના કરતાં ઓછું વૈજ્ઞાનિક વિજ્ઞાન જો સામાજિક હોય તો દેશને તેનો વિશેષ ખપ છે. આયુર્વેદ જેટલું સામાજિક આધુનિક ચિકિત્સાવિજ્ઞાન નથી જ થઈ શકવાનું, કારણ કે જનસમાજના હૃદયના ધબકારા સાથે તેનો મેળ ખાતો જ નથી. આ છતાં આ દેશમાં હજી એલોપથિક હોસ્પિટલો ખોલાતી જ જાય છે અને જવાની. 'મેન ધી અનનોન' નામના વિશ્વવિખ્યાત પુસ્તક માટે જેમને નોબેલ પ્રાઈઝ મળ્યું છે એ અમેરિકાના ઉત્તમમાં ઉત્તમ સરજન-રાજવૈદ્ય-ડૉ. એલેક્સિસ કેરોલે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે:

"The hope of humanity lies in the prevention of degenerative and mental diseases, not in the mere cure of their symptoms The progress of medicine will not come from the construction of larger and better hospitals, of larger and better factories for pharmaceutical products. It depends entirely on imagination, on observation of the sick, on meditation and experimentation in the silence of the laboratory" (p 292)

માનસિક રોગોથી બચાવવા માટે આપણી સરકાર શું કરે છે? ઊલટી ચિંતાઓ દિન પર દિન વધે એવો વ્યવહાર ચાલી રહ્યો છે. અને, માનસિક ઉપચાર પણ એમ જોઈતું [illegible] થતું જ નથી. અને Imagination-કલ્પના-ક્યાં છે? ગતાનુગતિકતા સિવાય

બીજું કંઈ નવીન સર્જન જણાય છે? અને Meditation-ધ્યાન ધારણા-ક્યાં છે? એનો તો આજે ઉપહાસ થઇ રહ્યો છે! આ જ એલેક્સિસ કેરોલ કહે છે: In the absence of concentration, intelligence is unproductive. Once disciplined it becomes capable of pursuing truth." ધ્યાનધારણા સિવાયની બુદ્ધિ એ હમેશા વન્ધ્ય જ રહે છે. આ જ બુદ્ધિને જો સમાધિદ્વારા પુત કરવામા આવે તો પુનિત થયેલ એ બુદ્ધિ પછી 'સત્ય' જોઈ શકશે.

આજે જે ચાલી રહ્યું છે તે જોઇને ચિત્તને ખેદ થાય છે ગરીબ દેશના કરોડો રૂપિયા જરા પણ વિચાર વિના પરદેશીઓને આપવામા આવે છે અને રમી જેવી ભયંકર વસ્તુઓના હિંદના જીવાનો ઉપર આ પ્રયોગો કરવામા આવે છે! *



૧૦ : બલવાન બનો

બલવાન થવું સૌને ગમે છે, પરંતુ એની ઉપાસના કરનારા વિરલા જ હોય છે. અને આ ઉપાસના કરનારાઓમાંથી પણ સૌને બલની દેવી વરતી નથી. બલની એ દુરારાધ્ય દેવતા છે. આ શક્તિનેે પ્રસન્ન કરવા માટે બલિદાનોની જરૂર છે. અવિશ્રાન્ત પરિશ્રમ, તપ, તિતિક્ષા, ધૈર્ય, મનની સમાધિ,—આ ઉદાત્ત ગુણોના ઉત્કર્ષ સિવાય, બલ નિષ્પન્ન થતું જ નથી અને ઘણી વખત તો આ ગુણો હોવા છતાંય બલ સિદ્ધ થતું નથી.

બલ ત્રણ પ્રકારનું છેઃ (૧) સહજ (૨) કાલજ અને (૩) યુક્તિકૃત.

૧. સહજ— Inborn શરીર અને મન-બન્નેનુ બલ જન્માદિ પ્રવૃત્ત હોય છે મનનુ મન એટલે ઉત્સાહ પ્રાચીન બૌદ્ધ સાહિત્યમા તેમ અતર સાહિત્યમા वीर्य નો અર્થ ઉત્સાહ જ કરવામા આવેલો છે ચરક કહે છે 'वीर्यं बलवर्धनानाम्'' અર્થાત્ બલ વધારનાર જેટલા ભાવો છે તે સૌમા વીર્ય સૌથી ઉત્કૃષ્ટ છે ચરકના બન્ને ટીકાકારો શિવદાસ અને ચક્રપાણિ બન્નેએ અહી "वीर्यं उत्साहः।" એવો અર્થ કર્યો છે અને આ અર્થ ઉચિત જ છે કેટલાક સ્વભાવથી જ બલવાન જોવામા આવે છે જ્યારે બીજા સ્વભાવથી જ દુર્બલ જોવામા આવે છે એનુ કારણ આ સહજ બલ જ છે "सहजं यत् सत्त्वशरीरयोः प्राकृतम्।" સત્ત્વ એટલે મન અને શરીર—બન્નેનુ બલ જન્માદિ પ્રવૃત્તિ અથવા સહજ હોય છે ભક્તિ, શીલ, ઉત્સાહ (વીર્ય) વગેરે સત્ત્વના વિકારો અતિવાહિક દેહ (લિંગશરીર) સાથે જ સલગ્ન હોઈ તે આપણને વારસામા પ્રાપ્ત થાય છે "पूर्वजन्मनि यादृशं मन तादृशमेव जन्मान्तरे प्रायो भवति।" (ચક્રપાણિ દત્ત) પૂર્વજન્મમા જેવુ મન હશે તેવુ જ જન્માન્તરમા—અન્ય જન્મમા તે આપણને મળે છે આનુવંશિક સસ્કારો લિંગશરીર સાથે જ સક્રાન્ત થાય છે સાત્ત્વિક, રાજસિક અને તામસિક—આમ ત્રિવિધ સત્ત્વ (મન) છે સત્ત્વગુણપ્રધાન મનમા જ ભક્તિ શીલ, દયા ઉત્સાહ, આર્જવ ગુણો વસે છે બલવાન કુટુબમા દીર્ઘાયુષી માતાપિતાની કૂખે જન્મ—એ આપણા હાથમા નથી, પરતુ અતિવાહિક દેહના સસ્કારો ઉપર નિર્ભર છે બલવાન માબાપોના સતાનો પણ બધા બલવાન નથી હોતા—સસ્કારો ઉપર જ સહજ બલ નિર્ભર છે શરીર અને મન-બન્નેનુ બલ જન્માદિ પ્રવૃત્ત છે

૨. કાલકૃત- "कालकृतं ऋतुविभागजम्।" (ચરક) ઋતુઓના વિભાગો અનુસાર શરીરના બલમા ઓછાવત્તો ફેર પડે

ં એ સૌને સુવિદિત જ છે. સંવત્સરના બે વિભાગો : (૧) આદાન અને (૨) વિસર્ગ કાલ. આદાનમાં શિશિર, વસંત, ગ્રીષ્મનો સમાવેશ થાય છે; જ્યારે વિસર્ગમા વર્ષા શરદ હેમન્તનો. વર્ષા અને ગ્રીષ્મ ઋતુમાં–વિસર્ગના આદિમાં અને આદાનના અંતમા–મનુષ્યોનું બલ ઓછામાં ઓછું હોય છે. વિસર્ગના મધ્યમાં એટલે શરદ ઋતુમાં અને આદાનના મધ્યમાં એટલે વસંત ઋતુમાં—મધ્યમ બલ હોય છે. જ્યારે વિસર્ગના અંતમાં એટલે હેમંતમાં અને આદાનના અગ્રભાગમાં એટલે શિશિરમાં—મનુષ્યોનું બલ ઉત્તમમાં ઉત્તમ હોય છે. હેમંત અને શિશિર એટલે આપણો શિયાળો, કારતક, માગશર. પોષ અને મહા—આ ચાર માસમાં બલ સારું હોય છે. શિયાળો બલ સંપાદન કરવા માટે ઉત્તમ કાલ છે. ખુશનુમા ઠંડી હોય છે અને શીત અનિલના સ્પર્શથી શરીરની ગરમી અંદર રહે છે એટલે જઠરાગ્નિ પ્રબલ થાય છે— '**मात्राद्रव्यगुरुक्षमः**' થાય છે. ગમે તેવું ભારે ખાઓ તો પણ શીત કાલમાં જલદી પચી જાય છે. સ્નિગ્ધ, અમ્લ અને લવણ રસો વિશેષ ખાવામાં આવે, અભ્યંગ, ઉત્સાદન, વ્યાયામ, દૂધ, માખણ, મલાઇ વગેરેનું સેવન—આ બધું હેમંત અને શિશિરમાં સેવવું જોઈએ. ઉનાળો અને ચોમાસું—બન્નેમાં બલ ઓછામાં ઓછું જોવામાં આવે છે કારણ કે એ વખતે જઠરાગ્નિ મંદ પડે છે. સ્નિગ્ધ પદાર્થો ખાવામાં આવે છે તો પચતા નથી, વાયુ વિશેષ કોપે છે.

કાલકૃતમાં '**वयःकृत**' ઉમ્મર ઉપર પણ બલનો આધાર હોઈ વયની અવસ્થાનો કાલમાં સમાવેશ થાય છે જ. વય પણ ત્રણ પ્રકારનું છે—બાલ્ય, મધ્યમ અને જીર્ણ. સોળ વર્ષ સુધીની **બાલ્યાવસ્થા.** સોળથી ત્રીસ વર્ષ સુધીની વર્ધમાન અવસ્થા—period of growth. આ અવસ્થામાં બાલકની શરીરની ધાતુઓ ક્રમે ક્રમે વધતી જાય છે. અર્થાત્ ત્રીસ વર્ષ સુધીની બાલ્યાવસ્થા.

કેટલાક છત્રીસ વર્ષ સુધીની બાલ્યાવસ્થા માને છે એમના મત પ્રમાણે ૧૬ થી ૩૬ એ ૨૦ વર્ષનો ગાળો એ વર્ધમાનાવસ્થા

મધ્યમાવસ્થા. ૩૦ યા ૩૬થી ૭૦ વર્ષ સુધીની મધ્યમાવસ્થા આ અવસ્થામા બળ, વીર્ય, પૌરુષ પરાક્રમ, ગ્રહણધારણ શક્તિ, વિજ્ઞાન, પ્રાવીણ્યનો સુંદર વિકાસ થાય છે બાલ્યાવસ્થામા સત્ત્વ અનવસ્થિત રહેલુ હોય છે તે હવે અવસ્થિત—steady—થાય છે, વિચાર પાકટ થાય છે વાત્સ્યાયન 'आसप्तत्ति यौवनम "— સિત્તેર વર્ષ સુધીનો યૌવન કાળ ગણાવે છે

જીર્ણાવસ્થા ૭૦ વર્ષ પછીથી શરીરની ધાતુઓ ક્ષીણ થવા લાગે છે, ઇંદ્રિયોની શક્તિ ઓછી થવા લાગે છે મન, વીર્ય, પૌરુષ પરાક્રમ, ગ્રહણધારણ શક્તિ—બધુ ઓછુ થવા લાગે છે. ૭૦ થી ૧૦૦ સુધીની આ અવસ્થા ગણાય છે

સુશ્રુતાચાર્ય ૧૬ વર્ષ સુધીની બાલ્યાવસ્થા ગણે છે અને ૧૬થી ૭૦ વર્ષ સુધીના લાબા ગાળાને મધ્યમાવસ્થા ગણાવે છે આ ૫૪ વર્ષના લાબા ગાળામા વૃદ્ધિ, યૌવન, સપૂર્ણતા અને હ્રાસ—આવો ક્રમ તે દર્શાવે છે ૨૦ વર્ષ સુધીમા વૃદ્ધિ ('વીસે વાન' વાળી કહેવત ઉપરથી જ પડી લાગે છે) એટલે શરીરના અગપ્રત્યગોની વૃદ્ધિ—development, ત્રીસ વર્ષ સુધીમા યૌવન—Puberty ચાળીસ વર્ષ સુધીમા શરીરની સર્વ ધાતુઓ, ઇંદ્રિયશક્તિ, બળવીર્ય—વગેરેની સપૂર્ણતા થાય છે ચાળીસથી સિત્તરના ગાળામા કઈક આ શક્તિ ઓનો હ્રાસ થવો શરુ થાય છે એમ સુશ્રુત માને છે

કાળકૃત બલમા બાલ્ય અને મધ્યમાવસ્થા—આમા શરીરનુ બલ ઉત્તમ હોય છે ૧૬ થી ૭૦ વર્ષની અવસ્થામા શારીરિક અને માનસિક—બન્ને જાતના બળ ઉત્તમ હોય છે

૩. યુક્તિકૃત—युक्तिकृत पुन आहारचेष्टायोगजम् " (ચરક) આહાર અને ચેષ્ટા—આ બન્નેના યોગ ઉપર પણ બળ

નિર્ભર છે આહાર એટલે માસ અને દૂધઘીનો ઉત્તમ આહારઃ શરીરની પુષ્ટિ માટે માસ કરતા બીજો ઉત્તમ આહાર એક પણ નથી એમ આયુર્વેદના આચાર્યોએ કહેલું છે. માસથી ભડકનારા દૂધ ઘીનો યથેચ્છ ઉપયોગ કરે. ચેષ્ટા એટલે ઉચિત વ્યાયામ અને ઉચિત વિશ્રામ.

"**बलायुषी ह्याहारायत्ते।** (ચરક)—બલ અને આયુષ— બન્નેનો આધાર ખોરાક ઉપર છે. આહારથી જ આપણા પ્રાણ પોષાય છે. શરીરનો વર્ણ, દીપ્તિ, કાંતિ, પ્રતિભા, ઔસ્વર્ય, મેધા, બલ—આ બધાનો આધાર ઉચિત અન્નપાન ઉપર જ છે. શરીરની દૃઢતા માટે માસ (animal protein) ઉત્તમોત્તમ ખાદ્ય પદાર્થ છે. દૂધ અને ઘીમા પણ શક્તિના ભંડાર ભરેલા છે. ચેષ્ટા એટલે વ્યાયામ. પોતાનું બલ જોઈ તે અનુસાર સૌએ પોતાનો વ્યાયામ યોજવો જોઈએ. વ્યાયામ શબ્દ **व्यायम्** to stretch out (પરસ્મૈપદ) ઉપરથી પડેલો છે. જેમા દેહના અવયવો ખૂબ ખેંચવામાં આવે એવી ક્રિયા એ વ્યાયામ. દંડ, બેઠક, મલખંભ, સિંગલબાર દરેક ક્રિયામાં શરીરના અવયવો ઠીક ખેંચ અનુભવે છે.

शरीरचेष्टा या चेष्टा स्थैर्यार्था बलवर्धिनी।
देहव्यायाम संख्याता मात्रया तां समाचरेत्॥
(चरक सूत्र-७)

અર્થ: દેહ વ્યાયામ એ સંજ્ઞા શરીરની ઇષ્ટ ચેષ્ટાઓ, શરીરનુ સ્થૈર્ય અને બલની વૃદ્ધિ માટે છે. વ્યાયામનું સેવન યોગ્ય માત્રામાં કરવું જોઈએ. ઉપરના શ્લોકમા **इष्ट चेष्टा** શબ્દ ધ્યાન આપવા જેવો છે ઇષ્ટ અને અનિષ્ટ—એ જાતની ચેષ્ટાઓ હોય. ઇષ્ટ ચેષ્ટામા સંક્રમણ—ફરવા જવું—જેવી ચેષ્ટાઓનો સમાવેશ કરેલો છે. અનિષ્ટમા અતિશય ભારવાહનને ગણાવેલુ છે./માથા ઉપર બોજો વહેવો એ અત્યંત અનિષ્ટ છે.)

यत्तु चंक्रमणं नातिदेहपीडाकरं भवेत्।
तदायुःबलमेधाग्निप्रदमिन्द्रियबोधनम्॥ સુશ્રુત–

ચંક્રમણ— ફરવા જવાની કસરત— દેહને વધુ પડતી પીડા કરનારી નથી એટલે તે સેવવા યોગ્ય છે. ફરવાથી મેધા, જઠરાગ્નિ અને ઇંદ્રિયશક્તિ—પ્રાપ્ત થાય છે. વ્યાયામ માત્રાસરનો હોવો જોઈએ, તે દેહને અતિ પીડા કરનાર ન હોવો જોઈએ. પોતાનું બલ-શક્તિ સમજીને તે આચરવો જોઈએ. સૌની શક્તિ એક સરખી નથી હોતી એટલે પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે ભિન્નભિન્ન વ્યાયામ યોજવો જોઈએ. અને જે વ્યાયામ માફક આવે તે બધાને ન જ આવે.

વ્યાયામશક્તિની કસોટી કર્મશક્તિથી થઈ શકે છે. કેવું અને કેટલું કામ વ્યક્તિ કરી શકે છે એ ઉપરથી એની વ્યાયામ-શક્તિ નક્કી કરી શકાય. 'कार्यशक्त्या हि अनुमीयते बलत्रैविध्यम्।" કર્યો જાતનું કેટલું કાર્ય અમુક માણસ કરી શકે છે એ ઉપરથી એના ત્રિવિધ બલનો ખ્યાલ આવી શકે છે. માણસ કેટલું વજન ઉપાડી શકે છે એ ઉપરથી એના બલનો સારો ખ્યાલ આપણને આવી શકે છે. આ જોતાં તો 'વેઈટ લિફ્ટિંગ' એ જ બલ માપવાનું ઉત્તમ સાધન ગણાય.

સુશ્રુતે एकान्त पथ्यतम" વસ્તુઓમાં વ્યાયામને ગણાવ્યું છે. વ્યક્તિ માત્રે વ્યાયામ સેવવો જોઈએ. શરીરની સ્થિરતા અને બલની વૃદ્ધિ—બન્ને માટે વ્યાયામની જરૂર છે.) પરંતુ વધારે પડતો વ્યાયામ ન કરવો જોઈએ એ યાદ રાખવું ઘટે છે.

बलसमाधानं हि शरीरम्, शरीरमूलश्च पुरुषः॥

બલથી જ શરીર ટકી શકે છે અને શરીર એ જ સંયોગ પુરુષનો આધાર છે. (ચરક)

(ઉપનિષદોમાં 'बलमुपास्व' બલની ઉપસના કરવાનો આદેશ છે: એક બલવાન માણસ સો વિદ્વાનોને કંપાવી શકે છે. બલથી જ લોકમાં પ્રતિષ્ઠા છે. બલહીન મનુષ્યો અને પ્રજાઓ ભૂંડા હાલે મરવા

માટે સરજાયલા છે કુદરતમા બળિયાના બે ભાગનો જ નિયમ સર્વત્ર જોવામા આવે છે.

આપણા દેશમા અનેક મુખોએ બલના યશોગાન ગાયા છે રામાયણ મહાભારતના જ્વલંત પાત્રો બલના દર્શન આપણને કરાવીને ચકિત બનાવે છે 'अयं मे दक्षिणो बाहुः आयुधं सदृशं मम" આ મારો જમણો હાથ એ જ મારુ આયુધ છે એમ ભીમ કહે છે. "क्लीवा हि वचनोत्तरा.'— બાયલા હોય તે જ બોની બગાડે છે 'गाण्डीवेन अभिधास्यामि' હુ તો પ્રસગ આવે ગાડીવ વડે જ જવાબ આપીશ—આ ગર્વિષ્ટ ઉક્તિમા ધનજયનુ પૌરુષ સોળે કલાએ પ્રકાશતુ આપણે જોઇ શકીએ છીએ આર્ષ ગ્રન્થો અને સાહિત્યમા કયાય મડદાનપણુ જણાતુ નથી—દરેક પાત્ર પ્રચડ, બલવાન, સુદર, ઓજસ્વી, વીર્યવાન નજરે ચઢે છે કનકગિરિશિના સમાન વક્ષ, ગજવૃષભ ગતિ, લબપીનાસ બાહુ— આવા દિલચસ્પ પુરુષવર્ણનો વાચતી વખતે છાતી ગજગજ ફુલતી હુ તો અનુભવુ છુ ઉત્તરરામચરિતમા લવનુ ચિત્ર જોતા કોણ આનદ નથી અનુભવતુ ? રામના મોમા મૂકેલો નીચેનો શ્લોક તો પ્રત્યેક બાળક પાસે ગાવો જોઇએ; પ્રત્યેક નિશાળમા આ શ્લોકના પાટિયા અને એવુ જ સુદર લવનુ ચિત્ર ચીતરાવીને ટાગવુ જોઇએ આ રહ્યા એ પ્રાણવાન શબ્દો —

दृष्टिस्तृणीकृतजगत्त्रयसत्त्वसारा
धीरोद्धता नमयतीव गतिर्धरित्रीम् ।
कौमारकेऽपि गिरिवद् गुरुतां दधानो
वीरो रसः किमयमेत्युत दर्प एव ॥

ઉત્તરરામચરિત (અક ૬, શ્લોક ૧૯)

આ ચાલમા કેટલી ખુમારી હશે ? આવા યુવાનો જ્યારે આપણા દેશમા પાકશે ત્યારે જગત આખુ આપણને માન આપતુ થશે.

સુકલડી શરીરો વડે ' ક્રાંતિ ક્રાંતિ ' ની બૂમો પાડવાથી ક્રાંતિ નહિ આવે. આંખનો શીનો જોઈને જ્યારે જાલીમોના ગાત્ર ગળી જશે, સ્નિગ્ધ ગંભીર એવા ઘોષની ગર્જનાથી દુશ્મનના હાજા જ્યારે ગગડી જશે, ઉગામેલા હાથમા ઇન્દ્રના વજ્રનું જ્યારે કાઠિન્ય અને કરાલપણું જણાશે ત્યારે જ ક્રાંતિ આવશે સ્વરાજ્ય યાચનાથી મળતુ નથી કે દીન મનુષ્યોને તે પ્રાપ્ત થતુ નથી. " **तल्लोके न तु याचते न तु पुनः दीनाय वा दीयते।** " હિમત હોય, ઇચ્છા હોય તે મેળવવાની તો સાહસ કરો–સાહસ બતાવો–નહિ તો પછી ખાલી શોરબકોર છોડી દો બલની ઉપાસના એ આ યુગનો ધર્મ થઈ જવો જોઈએ.



૧૧ : અજોડ અદ્‌ભુત મહાયંત્ર

હૃદય

જ્યાં ને ત્યા આજે 'હાર્ટડિસિઝ'નુ નામ સાભળવા મળે છે પરન્તુ આ રોગોનો સાચો ખ્યાલ સામાન્ય માણસોને સુદ્ધ નથી હોતો. આ સબધી કઈક ખ્યાલ આવે એટલે આ પ્રયાસ છે

ઘણા ભાઇઓ આ યંત્રયુગમા અદ્‌ભુત યત્રોની વાતો કરે છે યંત્રોની વાતો કરતા થાકતા નથી પરતુ જગતમા જે યંત્રનો જોટો નથી એવું હૃદય–યત્ર આ બધા યત્રોને ઝાખા પાડી દે એવુ અદ્‌ભુત છે એનો એમને ખ્યાલ નથી. હજારો વર્ષો થયા આ અદ્‌ભુત યત્ર પોતાનું કામ શાતિથી, જરા પણ ઘોઘાટ કર્યા વિના, કર્યે જ જાય છે અને તે પણ જે મનુષ્યશરીરમા એ ગોઠવાયેલું

છે એ મનુષ્યની ઇચ્છાના જરા પણ કંટ્રોલ વિના! આ યંત્ર એક મિનિટમા આશરે ૭૦ વાર ધબકે છે આખા દિવસમા લાખ ઉપરાંત ધબકારા! એક વર્ષમા ૩૭ લાખ વાર! આ નાનકડા યંત્રમાથી આટઆટલા ધબકારા! નાનકડા ખાનામાથી લોહીને પંપિંગ કરવા માટે જરા પણ અટકયા વિના આ હૃદય પોતાનુ કાર્ય કર્યે જ જાય છે જરા વચમા અટકી જાય તો મનુષ્યના રામ રમી જાય છે બાળક જન્મે છે ત્યારથી જ તેનુ કાર્ય શરૂ થાય છે તે ઠેઠ મરતા સુધી, અવ્યાહત ગતિએ, આ યંત્ર ધબકયા જ કરે છે એને જરા પણ થાક ખાવાની ફુરસદ નથી! જીવનમા આવુ યંત્ર કોઇએ જોયુ છે? જન્મથી તે મરણ સુધી સામાન્ય રીતે સિત્તેર વર્ષોની આયુષ મર્યાદા ગણીએ તો હૃદય જીવન દરમિયાન ૨,૮૦૦,૦૦૦,૦૦૦ વાર ધડકે છે અર્થાત્ સકોચ વિકાસ અનુભવે છે અને આ દરમિયાન ૪૦ ૦૦૦,૦૦૦ ગેલન લોહી પપ કરે છે! આ બધા કાર્ય માટે એને કોઈ સચાલકનો કાબૂ પણ જાણતો નથી એ સ્વેચ્છાએ જ પોતાનુ કાર્ય બજાવે જાય છે પરતુ આ એક જ આશ્ચર્ય નથી આવા તો અમ પ્ય આશ્ચર્યો એમા ભરેના છે જેવી જરૂર તે તે મુજબ પ્રસગને અનુરૂપ કાર્ય બજાવનાની તેની શક્તિ અજબ છે

હૃદયનું કામ

આથી તો આપણા પ્રાચીન આચાર્યોએ હૃદયને ચેતનાસ્થાન માનેલુ છે અન્તરાત્માનુ શ્રેષ્ઠતમ આયતન હૃદયને ગણવામા આવેલુ છે સુખ અને દુ ખનુ પ્રકાશક હૃદય જ છે આ હૃદયનો સકોચ અને વિકાસ પુન પુન પોતે જ કરે છે 'સ્વત કુર્યાત્' એને ચલાવનાર કોઇ બીજાની જરૂર નથી પડતી એ એનો અર્થ છે અને આથી જ એની સ્વાયત્તતા આપણને આશ્ચર્યમા ગરકાવ કરે છે નાડીયત્રનો હૃદય ઉપર કાબૂ જરૂર છે જ, પરતુ એ શરીરની જરૂરિયાતો સાથે તાલ રાખવા પૂરતો જ છે આ સકોચ-

'વિકાસ એના પોતામા જ રહેલો છે એથી જ એક વિદ્વાને કહ્યુ છે કે હૃદયની આ સમ્રમાણગતિ છે હૃદયના સકોચવિકાસમા નાડી-સગ્થાન નિયામક છે પરતુ કારણ તો નથી જ. હૃદયના સંકોચ-વિકાસનુ કારણ સ્વય હૃદય પોતે જ છે યોગનાશિષ્હકારે આથી હૃદયમા 'ચિત્તસનિત્' છે એમ જણાવેલુ છે સત્વ, રજ અને તમસનુ અધિષ્ઠાન હૃદય છે એમ સુશ્રુતે કહ્યુ છે. વાગ્ભટે મનનુ સ્થાન, ઓજનુ સ્થાન અને વિચારનુ સ્થાન હૃદયને ગણાવેલુ છે યોગીઓ 'જ્યોતિનુ દર્શન આ હૃદયમા વસેના ભગવાનનુ ધ્યાન કરવા આથી જ કહે છે આધુનિકો ચેતનાનુ સ્થાન મગજમા માને છે જ્યારે આપણે ચેતનાનુ સ્થાન હૃદયને માનીએ છીએ આ વિરોધ સહેલાઇથી ટાળ્યો ટાળી શકાય એમ નથી. પરતુ આપણે એ વિવાદમા ઊતરવાની જરૂર નથી. વિદ્વાનોનો એ વિષય વિદ્વાનો માટે જ રહેવા દઈશુ

અદ્ભુત યંત્ર

મનુષ્ય જ્યારે આરામ લેતો હોય ત્યારે હૃદય સુમારે એક કલાકમા ૮૦ વાર લોહીપપ કરે છે સખત મજૂરી વખતે, વ્યાયામ વખતે, કે આવેશના પ્રસગોએ હૃદયનો વેગ ખૂબ જ વધી જાય છે, સંકોચવિકાસ ખૂબ વધે છે પ્રત્યેક ? ૩૦ થી ૫૦ ક્વાર્ટર લોહી પપ કરે છે અને દર કલાકે ૪૫૦ થી ૬૦૦ ગેલન લોહી પપ કર છે। આ લોહી પ્રાણને ધારણ કરે છે એટલા ખાતર તો એને 'જીવાનન' તરીકે ઓળખવામા આવે છે. શરીરની પ્રત્યેક ધાતુને આવશ્યક તત્ત્વો લોહી દ્વારા પૂરા પાડવામા આવે છે એ હૃદયનુ પરોપકારી કાર્ય છે પરતુ આ અવ્યાહત ગતિ એના પોતાના જીવનનિભાવ માટે પણ તેટલી જ આવશ્યક છે. ધમનની સારીયે શક્તિ અને ઓજ પૂરો પાડનારુ આ હૃદય ખરેખર એક અદ્ભુત યંત્ર નથી શુ ?

દર ધમકારામા ૩–૧૦ સેકડ જાય છે જ્યારે ૫–૧૦ સેકડ એ આરામ લે છે આપણે આ પ્રમાણુ નજર સામે રાખી કહીએ તો હજારો વર્ષોથી હૃદય દિવસમા નવ કલાક કામ કરે છે જ્યારે બાકીના પદર કલાક તે આરામ લે છે!

જ્યારે આપણે સખત પરિશ્રમ કરીએ છીએ કે ક્રોધના આવેશમા આવીએ છીએ ત્યારે હૃદયનો વેગ ઘણો વધી જાય છે એ સૌને ખબર છે આ વખતે હૃદય દિવસના નવ કલાક લેખે કામ નથી કરતુ, ૧૦–૧૫ કે ૨૦ કલાક લેખે કામ કરે છે આનો અર્થ એ થયો કે હૃદય વધુ કલાકો કામ કરે છે, ઘણો સમય આરામ લઈ શકે છે આ દોડધામના જમાનામા સતત ચિન્તાઅને શોકના જમાનામા આપણા હૃદયને ઘણુ કામ કરવુ પડે છે અને ઓછામા ઓછો આરામ મળે છે પરિણામે આ યુગમા ઘણા માણસોને હૃદયના રોગોથી પીડાતા આપણે જોઈએ છીએ મનની શાતિ શરીરની શાતિ–આ બન્ને એક બીજા ઉપર નિર્ભર છે મન ક્ષુબ્ધ થતા શરીરનુ નાડીયત્ર ક્ષુબ્ધ બને છે, હૃદયના ધમકારા વધે છે અને સકળ શરીર શ્રમિત થાય છે આથી જ ધ્યાન, ધારણા, શાતિ–આ જમાનામા કેટલા અનિવાર્ય છે એ સમજાશે.

માનસિક આવેશોથી થતા ધમકારા એ એક માનસિક પ્રક્રિયા છે, એટલે એમા હૃદયમા કઈ નુકસાન થયેલુ જણાતુ નથી, પરતુ હૃદયને ખરુ નુકસાન કરનાર તો સધિવાતજન્ય જ્વર, ચાદી વા ટાઢી, ડિપ્થેરિયા, ચેપી ટોન્સીલ્સ, ન્યુમોનિયા, પરમિયો વગેરે જ હોય છે આ રોગો હૃદયની માસપેશીઓ અને વાલ્વ (પડદાઓ)ને બગાડે છે અને પરિણામે હૃદયરોગો જન્માવે છે, અતે આવતુ ઘડપણ પણ ધમનીઓની સ્થિતિસ્થાપકતા નષ્ટ કરી તેને કઠિન વા સકુચિત બનાવે છે પરિણામે લોહીને ધકેલવાના કાર્યમા વિક્ષેપ આવે છે એનુ પરિણામ હૃદયની માસપેશીઓ ઉપર થાય છે સધિ

વાનો તાવ હૃદયનો પહેલા નંબરનો દુશ્મન છે. નાના બચ્ચાંના હૃદય ઉપર એની કાતીલ અસર થાય છે જે ચિરસ્થાયી રહે છે. હૃદયના પડદા (વાલ્વ)ને બગાડે છે. અને કેટલીક વખત તો દર થડકે લોહી પડદા વાટે પાછું ફરે છે. આ એક ભયંકર આફત ગણાય.

રોગની ઉત્પત્તિ

બીજો દુશ્મન સિફિલિસ—ચાંદી વા ટાંકી. સિફિલિસ મોટે ભાગે ૨૦થી ૩૦ વર્ષની અવસ્થામા થાય છે. પરંતુ એની માઠી અસર તો ૧૫–૨૦ વર્ષો પછીથી થાય છે. આ બધાં વર્ષો દરમિયાન ઝેર મહાધમની અને ડાબું નિલય જોડનાર પડદા સુધી પહોંચી જાય છે. આ બધા વખત દરમિયાન દરદી પોતાને તદ્દન સુરક્ષિત માનતો હોય છે, જ્યારે એકદમ અચાનક શ્વાસકૃચ્છ્રતા, શ્રમ, હૃદયના ધબકારા, અશક્તિ વગેરે લક્ષણો પ્રાદુર્ભાવ પામે છે ત્યારે જ તે આ ગુપ્ત રોગની ગંભીર નુકસાનીથી જાગ્રત થાય છે, પરંતુ તે વખતે ઘણું મોડું થઈ ગયું હોય છે.

હાર્ટડિસિઝમાં વેદના એ અગત્યનું લક્ષણ છે. પરંતુ આ વેદનાનું સ્થાન હૃદયથી ઘણે દૂર હોય છે. હાથપગની આંગળીઓમાં, મસાના ભાગમાં, પેટના ઉપરના ભાગમાં વેદના અનુભવાય છે. કેટલીક વખતે દારૂણ દાહ શરીરમાં લાગે છે.

દાખલો લઈ આ વાત સમજીશું. એક જૂની મોટર છે પરંતુ તેનો શેઠ ખુબ જતનપૂર્વક તે વાપરે છે, ખાડાખાબોચિયામાંથી તે એને બચાવે છે અને લાંબો વખત સુધી એ મોટરથી કામ લે છે. બીજા પાસે તદ્દન નવી મોટર છે પરંતુ તે અત્યંત બેદરકાર હોઈ તેનું મશીન જલદી બગડે છે. હૃદય પણ આમ જ છે. હૃદયરોગી પોતાનો જીવનવ્યવહાર મિતયોગથી ચલાવે છે તો તેના જીવનને કશી જ ઇજા થતી નથી હૃદયના ઘણા દરદીઓ તો હૃદયના રોગ કરતાં એની ચિંતાથી અને ભયથી જ વધુ પીડાતા હોય છે. આવા દરદીઓને સમજાવવું જોઈએ કે ઘણાયે હૃદયના રોગીઓ ૭૦–૮૦ વર્ષો સુધી સુખેથી જીવી ગયાં છે અને જીવે છે. હૃદયનો રોગ જીવલેણ છે, કષ્ટસાધ્ય છે, ભયંકર છે એ ચિંત્રથી જ ખુબ નુકસાની થાય છે. હૃદયરોગનો આદ્ય અભ્યાસી જેમ્સ મેકેન્ઝી પોતે હૃદયરોગી હતો છતાં જીવ્યો ત્યા સુધી ખૂબ જ પરિશ્રમ કરતો હતો. હૃદયનો રોગી આ વાત બરાબર સમજી લે એ જરૂરી છે. એને સુવાડી જ રાખવો, હાલચાલ એની બંધ કરવી, એના માનમ ઉપર આવાં સૂચનોથી જે માઠી અસર જન્મે છે તેના પ્રમાણમાં તેની ક્રિયાયોથી એને ઓછું નુકસાન થાય. ડાહ્યા ચિકિત્સકો પોતાના દરદીઓનું માનસ સમજીને જ બોલે છે, સૂચનાઓ આપે છે અને પોતાની પ્રબલ પ્રાણશક્તિ દ્વારા ડરપોક દરદીને પ્રોત્સાહિત કરે છે.

ડર કાઢી નાખો

હૃદયનો અમુક એક ભાગ ખૂબ બગડી ગયો હોય તોયે બીજા ભાગોથી ચાલાક દરદી પોતાનો તમામ કારભાર વર્ષો સુધી સહેલાઈથી ચલાવી શકે છે. દરદીમાં વિવેકશક્તિ જોઇએ, ધૃતિ અને શાંતિ જોઇએ ઇશ્વર ઉપર આસ્થા જોઈએ. ઇશ્વર કર્તાહર્તા છે એ ભાવ દરદીમાં નહિ હશે અને કેવળ ડોકટરોની દયા ઉપર જ તે જીવવા ઇચ્છશે તો એ દુઃખી થઈને મરશે. હૃદયરોગોમાં શાંતિ, ધૃતિ, ધ્યાન

ઈશ્વરાભિમુખતા ખૂબ જ આવશ્યક છે. આ નહિ હોય અને અનેક કારણે ચિંતાઓમાં દરદી ડૂબેલો રહેશે તો એને કોઈ પણ દવા બચાવી નહિ જ શકે. ચિકિત્સક કહે તેમ નિષ્ઠા રાખીને કરવું, મનમાંથી ડર કાઢી નાખવો, હૃદયમા બીરાજેલો ઈશ્વર એની રક્ષા કરનાર છે એ શ્રદ્ધા જરૂરી છે. યોગ્ય આરામ, યોગ્ય આહાર અને યોગ્ય વિહાર—આ ત્રણેની એકરૂપતા આવશ્યક છે.

માનસિક નબળાઈ

ચિકિત્સાવિજ્ઞાન ખૂબ કાઢ્યું છે. હૃદયનો ખૂબ ઝીણવટભર્યો અભ્યાસ થયો છે. શસ્ત્રક્રિયા નિષ્ણાતો પણ તેની વાહરે આવ્યા છે. હૃદય આખું ખોલીને મરજનો રોગિષ્ટ ભાગને દૂર કરી શકે છે. મિકિસીસ જેવા રોગ માટે રામબાણ ગણી શકાય એવી દવાઓ અસ્તિત્વમાં આવી છે. છતાય ખેદ સાથે કહેવુ પડે છે કે દિનપ્રતિદિન હાર્ટના રોગો વધતા જતા જોવામાં આવે છે. વિદ્વાનો માને છે કે પહેલાં જે રોગોનું નિદાન હૃદયરોગ હોવા છતાય અન્ય નામોથી થયું હતું તે હવે હૃદયનો અભ્યાસ વધતાં હૃદયરોગની ગણનામાં આવ્યું છે એ પણ કારણ છે. આયુષમર્યાદા પ્રજાની વધી (શાસ્ત્રીય ચિકિત્સાથી) તેથી પણ ઘણી વૃદ્ધ અવસ્થામા હાર્ટના રોગો દેખાવા લાગ્યા હોય. મને લાગે છે કે બહુ જલદ દવાઓનો મારો, અનહદ લોભવૃત્તિ અને તજ્જન્ય માનસિક નબળાઇ વા અશાંતિ, ઉત્તેજક ખાનપાન વગેરે કારણો છે. દર વર્ષે ફસ ખોલાવવાનો પ્રાચીન રિવાજ અસ્ત થયો છે એ પણ એક પ્રબલ કારણ છે. દર વર્ષે શરદઋતુમ થોડું લોહી ફસ ખોલાવીને કઢાવી નાખવાનું આયુર્વેદ ખૂબ ભાર પૂર્વક કહે છે. આ સારી પ્રથાનો લોપ થતાં આજે બ્લડપ્રેશર હાર્ટડિસીઝ વગેરે વધુ જણાવા લાગ્યાં છે. ચરકસુશ્રુતમાં ફ ખોલાવવાની (સિરામોક્ષણ) વાત ઉપર બહુ જ ભાર મૂકેલો છે આ જમાના માટે ફસ ખોલાવવાની પ્રથા સજીવન કરવાની ખાસ જરૂર છે

૧૨ : કુટુંબ આયોજન

એક જર્મન કામશાસ્ત્રીના પુસ્તક ઉપરના બે બોલમા વિશ્વ-વિખ્યાત કામશાસ્ત્રપારગત શ્રી હેવલોક એલિસે લખ્યુ છે કે ' વર્તમાન સુધારાની ખરી ચાવી બહાનુ છે '—Pretense is the key to modern civilization ' ગમે તે વસ્તુ વહેતી મૂકો પરંતુ કોઇ બહાનુ શોધી કાઢો—બસ, પછી તે વસ્તુ સડસડાટ ચાલશે વર્તમાન સુધારાની આ તાસીર હેવલોક એલિસે બરાબર પ્રગટ કરી છે.

હમણા તાજેતરમા કલકત્તા મુકામે ૫ થી ૧૧ જાન્યુઆરી (૧૯૫૭) મા ત્રીજી નિખિલભારત કુટુબઆયોજન પરિષદ શ્રીમતી ધનવન્તી રામારાવના પ્રમુખપણા હેઠળ ભરવામા આવી હતી. સાત દિવસની આ પરિષદમા ભાગ લેવા માટે સિલોન, પાકિસ્તાન, સિગાપોર અને બીજા દૂરદૂરના દેશોમાથી અનેક પ્રેક્ષકો આવ્યા હતા

નેશનલ પ્લાનિગ કમિશનના સભ્ય ડો જે સી ઘોષે તેમના પ્રસ્તાવિક ભાષણમા આ વિષયની મહત્તા કે ગભીરતા દર્શાવી હતી. લેડી ધનવતીએ પ્રથમ પંચવર્ષીય યોજનામા આ કામ માટે ૬૫ લાખ રૂપિયા ખર્ચ પેટે મજુર થયા હતા છતા તેમાથી ભાગ્યે જ અર્ધી રકમ ખર્ચાઈ હતી એમ જાહેર કર્યું અને આ છતાયે દ્વિતીય પચવર્ષીય યોજનામા પાચ કરોડ રૂપિયા મજૂર થયા છે! આ કામ માટે હવે એક ' સેટ્રલ ઈન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ફેમિલી પ્લાનિગ ' નામની સસ્થા સ્થાપવામા આવનાર છે, જેથી આ કામને સારો વેગ મળે. ૧૯૫૯મા કુટુબઆયોજન પરિષદ મળે તે પહેલા આ કામને પ્રગતિનો વેગ ખૂબ જ વધ્યો હશે

આ ક્ષેત્રમા કામ કરનાર સૌ કોઈને દેશની વસ્તી દર વર્ષે ૫૦ લાખ જેટલી વધતી ચાલી જાય છે તેનાથી ચિંતા થાય છે આ વસતી-વધારો આપણા આર્થિક તત્રના માળખાને તોડ

નાખશે, આપણી ખેતીવાડી અને અન્ય દિશાની પ્રગતિને ૩ ધી નાખનાર નીવડશે અને દેશ માયકાગલાં, અર્ધભૂખ્યાં માણસોથી ઉભરાશે એમ વિદ્વાનોને લાગે છે. આપણે હજી ખેારાકની ખાધને પહેાચી વળી શકતા નથી, મકાનોની તંગી પાર વિનાની અનુભવાયમા આવે છે; ભારત સરકાર આ દુઃખદ વસ્તુસ્થિતિથી પૂરેપૂરી મભાન છે એટલે તે પણ વસતીના વધારાને કોઈ પણ રીતે અટકાવવા ખૂબ જ આતુર છે આ માટે પૈમાની પરવા કર્યા વિના આ મહાપ્રશ્નને વાસ્તવિક ભૂમિકા ઉપર મૂકવા માગે છે. કલકત્તા યુનિવર્સિટીના વાઈસ ચાન્સેલર પ્રેા કે. સિદ્ધાત તેા કલકત્તામા મળેલી આ પરિષદમા એટલે સુધી બેાલ્યા હતા કે પ્રતિદિન ૧૨ થી ૧૪ હજાર વસતીને વધારો કોઇ પણ રીતે જો અટકાવવામા નહિ આવે તેા આપણા બધા આયેાજન નિષ્ફળ જવાના છે. પ્રજાસત્તાક રાજ્યમા કોઇ વિનાશક પદ્ધતિઓ (destructive methods) અમલમા ન જ મુકાય, તેા પ્રજાએ સવેળા આ માટે જાગવુ જોઈએ આ વિનાશક પદ્ધતિઓ દ્વારા ગર્ભપાતને કાયદેસર બનાવવાની ગર્ભિત વાત છે એવું અમારું માનવું છે.

અમેા કુટુબઆયેાજનની વિરુદ્ધ નથી અમારો વિરોધ તેા આજ સુધી આવી યેાજનાઓનેા લાભ ફક્ત ભણેલાઓ જ ઉઠાવે છે, ગામડાના અભણ માણસેા સુધી આવી યેાજનાઓનેા લાભ પહેાચતેા નથી તે સામે છે આજે કુટુબઆયેાજન ચાલી રહ્યુ છે તે અમારા મતે એક ભયકર રાષ્ટ્રીય આપત્તિ (national catasrophe) છે. જેમને ઘેર ૫ થી ૮ સંતાનેા હેાવા જોઇએ તેમને ત્યા હુ મ તાનેા જ જોતેા નથી ! જે વિશાળ બ ગ લાઓમા એઓ રહે છે, તેમા બાળકોનેા કિલકિલાટ સાભળવામા નથી આવતેા. જેમને ત્યા મેાટરો છે, ઠીક ઠીક આર્થિક સ પત્તિ છે તેમને ત્યા ભાગ્યે જ સ તાન જોવામા આવે છે. સમાજશાસ્ત્રીઓએ

ગુજરાતમા આનુ સેન્સસ કાઢવુ જોઈએ ન્યાયાધીશો વકીલો, પ્રાધ્યાપકો, શ્રીમત વેપારીઓ, દાકતરો—આ વર્ગમા સરેરાશ પ્રજાનુ પ્રમાણ કેટલુ છે તે કાઢવુ જોઈએ અને અમારી ખાતરી છે કે આ પ્રમાણ સૌને ચોકાવનારુ જ આવશે અમેરિકા અને યુરોપના કેટલાક દેશોમા આવા સેન્સસ લેવાયેલા છે અને આવાઓને ત્યા ભાગ્યે જ એકેક સતાન છે એવુ જાહેર થયુ છે ગુજરાતમા જે કોઈ વિદ્વાનો વેપારીઓ પ્રાધ્યાપકો વગેરેને અમો ઓળખીએ છીએ તેમને ત્યા માડ એકેક સતાન છે વા મુદ્દન નથી અને આજે કુટુબ-આયોજનનો લાભ લેનાર, બીજા શબ્દોમા કહીએ તો સતતિનિરોધના સકલ ઉપાયો આ સારા વર્ગના લોકો જ મુખ્યત્વે વાપરે છે! એક તરફ જ્યા વધુમા વધુ બાળકો જોઈએ ત્યા સતાનો જ નથી, જેઓ ખુશીથી પોતાના બાળકોને સારી રીતે ભણાવી શકે એમ છે ત્યા કોઈ ભણનાર જ નથી, જ્યારે બીજી તરફ પછાત ગણાતી પ્રજા આદિવાસી દૂબળા, ભીલ, ચોધરા, કોળી વગેરે કોમોમા વસતી ફૂદકે ને ભૂસકે વધતી ચાલી જાય છે જ્યા ખાવાનુ નથી, પહેરવાનુ નથી રહેવાનુ નથી બાળઉછેરનુ જ્ઞાન નથી કુદરતની કૃપાથી જ જેઓ ઉછરે છે ત્યા વસતીનુ પ્રમાણ વધે છે આમ કેમ થતુ હશે? કુદરતનો કોઈ હેતુ હશે? હા હેતુ છે કુદરત કદાપિ વેક્યુમ સહન કરી શકતી જ નથી સારા માણસોને ત્યા સતાનોની ખોટ છે તે કુદરત પછાત પ્રજાઓમા વધુ સતાનો જન્માવીને સાચવુ બરાબર રાખે છે

અમો ઇચ્છીએ છીએ કે આ પછાત પ્રજાઓમા સતતિ નિયામક કેન્દ્રો ખોલાય સારી ભણેલી ગણેલી સ્ત્રી દાકતરો એમની વચમા મિશનરી સ્પિરિટથી–ઉત્કટ સેવા ભાવનાથી–જઈને વસે તેમને આ સાધનોનો ઉપયોગ શીખવાડે અને પ્રજા અટકાવે એવુ અમો ઇચ્છીએ છીએ આજે તો મધ્યમ વર્ગના લોકો, જેઓ ખરેખર જ પ્રજાનો

સારો ફાળ આપણને પ્રાપ્ત થાય છે, અને શ્રીમંતો અને ભણેલા સ્ત્રી-પુરુષો જ આ કૃત્રિમ સાધનો વાપરે છે. જ્યાં વધુ પ્રજા જોઈએ ત્યાં જ માંડ નહિવત્ પ્રજા હોય છે. અમારે મતે આ એક ગંભીર રાષ્ટ્રિય આપત્તિ છે.

ગામડામાં પછાત વર્ગોમાં આ સાધનોનો ઉપયોગ કેમ કરવો એ શીખવવાની કોઈ હિંમત કરશે? સુરતમાં ગોના રાણા જેવી કોમોમાં એક હોલમાં પાંચ કુટુંબો ભેગા પડદા નાખીને સૂએ છે અને આ પરિસ્થતિ ઘણાં ગરીબ ઘરોની હશે. આવી કોમમાં કૃત્રિમ સાધનો પહોંચે એમ અમો ઇચ્છીએ છીએ. પરંતુ આ સાધનોને તેઓ રાખશે ક્યાં? રાખવાની કોઈ ગુપ્ત જગા જ ઘરમાં હોય ત્યારે ને? ઘરના બાળકોના હાથમાં આ આવે ને તેનાથી બાળકો રમવા મંડી જાય તો નવાઈ નહિ! આ દેશની પારાવાર ગરીબાઈ અને ઘરઘરમાં વ્યાપેલું અજ્ઞાન નિવારવા, લાખો સાધુસાધ્વીઓ આવા ઘરના સંતાનોમાંથી નીકળવા જોઈએ અને આ પ્રજા પાસે પ્રકાશ લઈ જવો જોઈએ. અમો કહીએ છીએ કે અહીં કોઈનો પગસંચાર થતો નથી અને શહેરોમાં જ તૂત પૂરજોશથી ચાલી રહ્યું છે. શહેરોમાં કૃત્રિમ સાધનો સંતતિનિરોધ માટે કોઈ ન વાપરે એમ કહેવાનો અમારો ભાવ છે જ નહિ; શહેરો ભલે વાપરે પરંતુ વધુ ધ્યાન આવા કુટુંબઆયોજન કેન્દ્રોમાં કામ કરનારાઓએ ગામડાની તદ્દન પછાત, દીન, હીન કોમોમાં આપવું જોઈએ. એવું નહિ થાય અને ભણેલાગણેલા, ખાધેપીધે સુખી લોકોમાં જ જો સંતતિનિરોધ ચાલુ રહેશે તો એક વખત એવો આવશે જ્યારે રાજ્યની લગામ આ પછાત કોમોના હાથમાં જશે અને ત્યારે સંસ્કાર અને શાણપણની શી દુર્દશા થઈ હશે તે માટે રોવાનો સમય જ આવશે. પછાત પ્રજાઓની વધતી જતી વસતી રોકાય એ જ એક માત્ર ઉદ્દેશથી કુટુંબ-આયોજન-કેન્દ્રો ચલાવાય એમ કહેવાની અમો ધૃષ્ટતા કરીએ છીએ.

અમો સમજીએ છીએ કે કુટુંબઆયોજનમાં કેવળ કૃત્રિમ સાધનોથી સંતતિનિરોધ કરવો એટલું જ સમાતું નથી, તેનો ઉદ્દેશ વ્યાપક છે પરંતુ અમો કહીએ છીએ કે સંતતિનિરોધ 'બર્થ કંટ્રોલ'નું જ આ નવું નામ છે ફેમિલી પ્લાનિંગ, પ્લાન્ડ પેરન્ટહુડ, આ બધા નામોની પાછળ કૃત્રિમ સાધનોથી વસતીને અટકાવવી શસ્ત્રક્રિયાઓથી પ્રજાને થતી અટકાવવી તે જ મુખ્ય વાત છે બહાનું કાઢવામાં આજનો જમાનો ખૂબ જ નિષ્ણાત છે અને આ બહાનું એવું સુંદર રીતે રજૂ કરવામાં આવે છે કે તેની સામે બોલવાનું કોઈનું ગજું નથી ચાલતું વર્તમાન સુધારાની આ વિશેષતા છે એમ જે હેવનોક એલિસે કહ્યું છે તે ખૂબ જ યથાર્થ છે

માલ્થસે વસ્તીના વધારાનો પ્રશ્ન સૌ પહેલાં ચર્ચ્યો પશ્ચિમના લોકોની આ પેદાશ એટલે એનો પ્રચાર ખૂબ જ વ્યાપક બન્યો માલ્થસે ભવિષ્યવાણી ભાખી કે ૫૦ વર્ષો સુધી આવો જ વસતીને વધારો એકધારો ચાલ્યા કરશે તો ૫૦ વરસમાં પ્રજા બમણી થશે અને પ્રજાનો ભૂખમરાથી સંહાર થશે દયાળુ ઇશ્વરની કૃપાથી માલ્થસની આ ભવિષ્યવાણી ખોટી પડી છે, પ્રજા બમણી થઈ નથી અને હવે આ કુટુંબઆયોજનની પરિષદો ગજવનારા પણ આવી જ ભવિષ્યવાણી આંકડાઓ ટાંકીને, હિસાબો મૂકીને, આપણી સમક્ષ ઉચ્ચારે છે અમોને આ બધા હિસાબો કે ગણતરીઓ અને ભવિષ્યવાણીઓ તદ્દન અશાસ્ત્રીય લાગે છે, ઝનૂની પ્રચારકોનું એક જાતનું ઝનૂન લાગે છે આપણા લોકો કરતા ભગવાનની કરુણાનું મૂલ્ય અમારે મન વધુ છે અને જો સંહાર થવાનો જ હશે તો તે સંહાર અટકાવનારા આપણે કોણ? વૈજ્ઞાનિક જમાનામાં આવું અવૈજ્ઞાનિક બોલનાર બેવકૂફ જ લેખાશે

સ્ત્રીઓ હવે ઘણી મોટી ઉંમરે એટલી મોટી ઉંમર થાય ત્યાં સુધી લગ્ન સિવાય રહેવું એ કોઈ રીતે ઇષ્ટ નથી—પરણે છે

પરણતી જ નથી. ભણેલી સ્ત્રીઓ પોતાને સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાનું મશીન ગણતી નથી. તેઓ દેશસેવા-સમાજસેવા વગેરેમા પોતાની શકિતને સંક્રાન્ત કરવા ઇચ્છે છે. એકાદ બે પ્રજા થાય તેથી તે સંતુષ્ટ છે. વધુ પ્રજા તેમને આફત લાગે છે, તેમના સેવાનાં કાર્યોમાં દખલગીરી કરનાર બને છે. આવા ભણેલાં સ્ત્રી પુરુષો કા પરણતાં જ નથી-અને હવે આ વર્ગ પણ વધતો જ જાય છે—કા તેમને ત્યાં એકાદ સંતાન ભાગ્યે અવતરે છે! સ્ત્રીઓને આર્થિક સ્વાતંત્ર્ય પ્રાપ્ત થયું છે અને ગુમાની સ્ત્રીને પુરુષની ગુલામગીરી ગમતી જ નથી હજી આ પારોરામાં પહેલી પૂણી છે. આવો અપરિણિત વર્ગ બહુ મોટો બનશે. યુરોપમા એમ જ થયુ છે. રશિયામા પ્રથમ સંતતિનિરોધ માટે પૂરા જોરશી પ્રચાર થયો. પરિણામે પ્રજા ખૂબ જ ઘટી એટલે હવે કુંવારા રહેનાર ઉપર ભારે કરો નંખાયા છે, સંતાનો વધુ થાય તે માટે ઈનામો અને વર્ષાસનો આપવામાં આવે છે. ફ્રાન્સમાં પણ આ જ દશા છે. આપણે અહીં, જો કે હજી આપણો દેશ પછાત છે, પરંતુ સુધારા અને પ્રગતિમાં માનનાગં આપણાં સ્ત્રીપુરુષો પણ એ જ દશા અહીં લાવે તો નવાઈ નહિ. આજે ને આજે નહિ તો કાલે તો આનશે જ. માતા થવામાં સ્ત્રી ગૌરવ લેતી હતી અમને ડર રહે છે કે ભવિષ્યની પ્રજા માતા થતાં કદાચ સંકોચ અનુભવશે, સુવાવડનો ડર તેને ભરખી જશે, (વેદના સિવાયના પ્રસવો પ્રત્યેક પ્રસૂતાગૃહમા થશે છતાય) અને કૃત્રિમ સાધનોનો અનર્ગળ ઉપયોગ અહીં વહેતો થશે. કુટુંબ આયોજનને માથે આ દોષનો ટોપલો ન ઢોળવો જોઇએ એવી દલીલ કરનારા કરશે. પરંતુ એક પ્રવૃત્તિનું પરિણામ એક જ દિશામાં પરિમિત થતું નથી તે પણ પ્રજાએ સમજી લેવાની જરૂર છે.

આજે સંતાનો થતાં રોકવા માટે સ્ત્રીઓ 'ટયુબ લીગેચર' ખૂબ કરાવતી થઈ છે. કેટલાક પત્નીભકત પતિઓ પોતાની જાત

ઉપર 'વાઝોકટોમી' ઓપરેશન કરાવતા થયા છે ગર્ભપાત કરવાનો અમારો જન્મસિદ્ધ હકક છે એમ કાને સ્ત્રીઓ દલીલ કરી, જાપાનની પેઠે ગર્ભપાતને કદાચ કાયદેસર પણ બનાવશે અને આ બધા માટે "બહાનુ" નથી એમ કોણ આજના વૈજ્ઞાનિક જમાનામા કહી શકશે?

ગામડામા કુટુબ આયોજન કેન્દ્રો ખોલવાનુ નકકી થયુ છે એ સારી વાત છે ગામડાની સારી સ્થિતિની સ્ત્રીઓ પણ હવે કૃત્રિમ સાધનોમા રસ લેતી થવા લાગી છે સારા સ્ત્રીપુરુષો જગલોમા વસતી પ્રજા પાસે પહોચી જઈ, તેમનામા આનો પ્રચાર કરે તો ઘણુ સારુ જાહેર તદુરસ્તી (પબ્લિક હેલ્થ) જેટલો જ આ પ્રશ્ન કુટુબ આયોજન–મહત્વનો છે એમ હવે સૌ કોઈ માને છે

કૃત્રિમ સાધનોમા જરૂરી ખટપટ છે અને અનિશ્ચિતતા પણ છે હિંદમા કૃત્રિમ સાધનો નથી ચાલવાના એ વાપરતા પણ શીખવુ પડે એમ છે એટલે મો વાટે લઈ શકાય એવુ સસ્તુ ઔષધ જો શોધાય તો એ ખૂબ જ ઉપયોગી થવા સભવ છે આ દિશામા પણ પ્રયાસો ચાલુ જ છે આપણે આશા રાખીશુ કે આવુ ઔષધ જલદી શોધાય આના ઔષધ સિવાય બીજા ઉપાયો ધૂળ ઉપર લીપણ જેવા છે

દ્વિતીય પચવર્ષીય યોજનામા શહેરોમા ૫૦૦ અને ગામડામા ૨૦૦૦ એમ કુલ ૨૫૦૦ કુટુબ આયોજન ચિકિત્સા કેન્દ્રો (ક્લીનિકસ) ખોલવામા આવનાર છે શહેરના પ્રત્યેક ચિકિત્સા કેન્દ્રનુ ખર્ચ રૂા ૧૩૦૦૦ આવશે, જ્યારે ગામડાના પ્રત્યેક કેન્દ્રનુ ખર્ચ રૂપિયા ૬૦૦૦ આવશે આ બન્ને કેન્દ્રોમા સતતિનિરોધ માટે "ફોમ ટેબ્લેટ્સ" જેની આવક રૂા ૧૦૦) થી વધુ નહિ હોય એવાઓને મફત આપવા માટે દર વર્ષે ૧૦૦૦ રૂપિયાની કીંમતની મફત આપવામા આવનાર છે

કાર્યકરોને તૈયાર કરવા માટે પણ થોડા વખતમા મુબઈમા

એક ટ્રેઈનિંગ સેંટર ખોલવામા આવનાર છે જ્યાં ૨૦-૨૦ ની બેચોમાં કાર્યકર્તાઓને શિક્ષણ આપવામા આવશે.

આ માટે જબરજસ્ત આંદોલન ઉપાડવાનું નક્કી થયુ છે અને શરુ પણ થઈ ગયું છે. મોટા પોસ્ટરો ભીંતો ઉપર ચોંટવામા આવે છે, આ વિષેની ફિલ્મો ગામેગામ બતાવવામા આવશે. ભારતની પ્રત્યેક ભાષામાં આનું સાહિત્ય પ્રસિદ્ધ થશે ત્રીસ પબ્લીસિટી વાન્સ થોડા વખતમાં ગામેગામ ફરતી થઈ જશે. એકાદ પોસ્ટર જુઓ: Planned crops are better, planned animals are better, and planned babies are better babies too—(સુયોજિત ખેતી સારો ફાલ આવે છે, સુયોજિત પશુઓ પણ સારાં થાય છે. આવી રીતે સુયોજિત બાળકો પણ ગમે તેમ ઉત્પન્ન થતાં સંતાનો કરતાં ઘણે દરજ્જે સારાં હોય છે.)

આપણે આશા રાખીએ કે દ્વિતીય પંચવર્ષીય યોજનાની આખરે આ પ્રવૃત્તિનું કાંઈ શુભ પરિણામ આપણે જોઈ શકીએ. આ પ્રવૃત્તિમાં સારા સેવાભાવી-સ્ત્રી-પુરુષો, મીશનરીઓની પેઠે પ્રાણ પરોવીને કામ કરશે તો શુભ પરિણામો આવવા સંભવ છે. બાકી તો શહેરોમા જ આ પ્રવૃત્તિ મર્યાદિત રહેશે તો અમો ઉપર કહી ગયા તેવી રાષ્ટ્રીય આપત્તિ જ આવી પડશે.



વેગવિધારણ

ઝાડા અને પેસાબનેા વેગ કદી ન અટકાવવેા.
વીર્યને વેગ કદી ન અટકાવવેા.
અધેાવાયુનેા વેગ કદી ન અટકાવવેા.
ઊલટી થતી હેાય તેા તેને ન અટકાવવી.
ઓડકારના વેગને ન અટકાવવેા.
છીંકના વેગને ન અટકાવવેા
બગાસાના વેગને ન અટકાવવેા
ભૂખતરસના વેગને ન અટકાવવેા.
આંસુ આવતા હેાય તેા તેને ખાળવા નહિ.
સખત ઊંઘ આવતી હેાય તેને રેાકવી નહિ.
શ્વાસ ખૂબ ચડયેા હેાય તેને કદી ન રેાકવેા.
આ પછી કયા વેગેાને મનુષ્યેાએ રેાકવા તે દર્શાવે છેઃ—
અયેાગ્ય સાહસેાના વેગને રેાકવેા
મન, વાણી અને કર્મના વેગેાને રેાકવા
લેાભ, શેાક, ભય, ક્રોધ અને માનના વેગને રેાકવા
નિર્લજ્જતા, ઈર્ષ્યા, અતિરાગ, અભિધ્યાય (પારકા ધનની ઈચ્છા)ના વેગેાને રેાકવા

અસત્ય બેાલવાના, ચાડી ખાવાના, કર્કશ વચનેા બેાલવાના અને કવખતે બેાલવાના વેગેાને રેાકવા

બીજાઓને જેથી પીડા થાય એવી પ્રવૃત્તિઓનેા વેગ રેાકવેા.
પરસ્ત્રીભેાગ, ચેારી, હિંસાનેા વેગ રેાકવેા.

આ આખેાયે અધ્યાય મનન કરવા યેાગ્ય છે, પરંતુ તે બધું અહીં ઉતારવાનેા મારેા હેતુ નથી ઉપર્યુક્ત બધા વેગેાને રેાકવાથી શરીર અને મન ઉપર શી અસર થાય છે તે તેા માનસ-વિશ્લેષણકારેાનેા નેાખેા વિષય બને છે. પરંતુ આપણે બધા આટલું જરૂર સમજી શકીએ તેમ છીએ કે જે રેાકવા યેાગ્ય વેગેા છે તેને ન રેાકવાથી શરીર અને મન બન્ને રેાગગ્રસ્ત બને છે.

મન, વાણી અને કર્મના પ્રત્યેક વેગોની અસર સારી યા નરસી મન પર પડતી જ જાય છે, એ વાત માનવામાં બધા જ એકમત છે.

પરંતુ આ લેખ લખવાનો હેતુ પરસ્રીભોગના વેગ વિષે લખવાનો છે. હમણાં એક નવયુવાને મને પૂછ્યું હતું–" તમો આયુર્વેદના ઉપાસકો તો વીર્યને મલ જ ગણો છો. આ મલ જ છે અને મલ માટે આપણે ગમે તેના જાજરૂમાં જઈ શકીએ છીએ ને? પરસ્રી ભોગ ઉપર માનસ-શાસ્ત્ર-દૃષ્ટિથી આપણે વિચાર જ નથી કર્યો. આપણો પૂર્વગ્રહ જ આ વિષયને પંપાળી રહ્યો છે. બાકી મને તો એમ લાગે છે કે એમાં કશું જ અજુગતું નથી ઇત્યાદિ....'

યુવાનોની અરસપરસની વાતચીતમાં, મજાકમાં આપણે રોગિષ્ટ મનોવૃત્તિ નિહાળતા નથી શું? આ માનસશાસ્ત્રે તો ગજબ કરવા માંડયો છે. અધિકારી કે અનધિકારી માનસશાસ્ત્રની સહાય લઈ જાતીય પ્રશ્નો ચર્ચાં રહ્યા છે. કોઈ એવું છાપું ભાગ્યે જ ગુજરાતમાં હશે જેમાં જાતીય પ્રશ્નો ઓછાવત્તા પ્રમાણમા છપાતા નહિ હોય. પરિણામ એ આવ્યું છે કે આ મનને ગલગલિયાં કરે એવા બીભત્સ લેખો ખુબજ રસથી વંચાય છે અને પછી પોતાની તર્કશક્તિનો ઉપયોગ કરી એનું સમર્થન પણ કરવામાં આવે છે ફ્રોઇડ, ઍડ્લર, જંગ મેક-ડુગલ–આવાં ત્રણચાર નામો તો દરેક યુવાનને મ્હોઢેજ ચઢી ગયાં છે એને વાસનાને યોગ્ય અવકાશ (outlet) મળવો જ જોઈએ, નહિ તો તે વિકૃત બને છે, ઇત્યાદિ પૃથગ્જનો પણ માનતા થઈ ગયા છે. બ્રહ્મચર્ય અશાસ્ત્રીય છે, સંયમ અશક્ય છે, એવી સંયમ-ધર્મની ઠેકડીઓ પણ થઈ રહી છે.

૧૯૩૫ના ઑગસ્ટના 'મૉડર્ન રિવ્યુ' માં શ્રી. ગંગાપ્રસાદ શર્માનો 'Indian Solution of the Present-day Life-problems' નામનો અતિ મનનીય, બોધક લેખ વાંચવાયોગ્ય છે. નીચેનાં પ્રેરક વાક્યો જુઓ:–

બધા રમે છે અને તે સ્થૂલ દૃષ્ટિએ વિચારાર્હ છે, પરંતુ આમ્નાયસમીક્ષાથી નીપજતા નિર્ણયો જે યોગબળ સિવાય શક્ય નથી,— તેની આગળ આ નિર્ણયો તદ્દન ગૌણ લાગે છે અને શ્રી અરવિંદના કહેવા મુજબ 'એક ભયંકર જુઠાણું' અને 'અશ્લીલતા'થી તે વિશેષ ત્યાજ્ય બને છે

એડીનબરોની રોયલ કૉલેજ ઓફ મેડિસિનના વ્યાખ્યાનદાતા અને હાલ આસ્ટ્રેલિયાની મેલબોર્ન યુનિવર્સિટીમા એનેટોમીના પ્રોફેસર અને ડીન ઓફ ધી ફેકલ્ટી ઓફ મેડિસિન—પ્રોફેસર બેરી (બ્રેઇન એન્ડ માઇન્ડ ઓર ધ નર્વસ સિસ્ટમ ઓફ મેન' આ પુસ્તકના લેખક) ફ્રૉઇડ માટે શું લખે છે તે આપણે જોઈશું. આ વિદ્વાન કહે છે કે —

"અર્ધસત્યના ડગમગતા પાયા ઉપર ફ્રૉઇડે અસત્યનો વુલવર્થ ટાવર બાંધ્યો છે પરંતુ સદ્દભાગ્યે ફ્રૉઇડને આ મનુષ્ય-વાસનાઓમાંની સૌથી પ્રબળ વાસના-કામવાસના, જેના નામમાત્રથી મોહાવિષ્ટ મનુષ્યજાતિના મોટા ભાગને ગલગલિયા થાય છે, તેને પ્રસિદ્ધ કરવામા ઠીક યશ મળી ગયો છે નિગૃહીત કામવાસના અનેક માનસિક અને શારીરિક રોગોને જન્મ આપે છે, એ વાદના ઉપદેશથી ફ્રૉઇડે ચોતરફ જે કામાગ્નિ પ્રજ્વલિત થઈ રહ્યો છે તેને વધુ ઉત્તેજિત કરવામા ઠીક ફાળો આપ્યો છે અને એ ફ્રૉઇડના જાતીયવાદે (Freudianism) અગ્નિને ઓર જ સતેજ બનાવ્યો છે, પરંતુ જગતનું તેથી એણે અશુભ કર્યું છે ફ્રૉઇડના આ વાદથી આપણે મગજના બંધારણનો, મગજના કાર્યોનો અને મગજના રોગોનો અભ્યાસ કરવા જરા પણ વધુ શકિતમાન થયા છીએ શું ? આ વાદે જગતમાંથી ઉન્માદગ્રસ્તોની સંખ્યામા જરી પણ ઘટાડો કર્યો છે શું ? જુવાન પ્રજાને ફ્રૉઇડના આ વાદે જરા પણ ફાયદો કર્યો છે? અથવા તેમની અધમ વૃત્તિઓને જીતવામાં જરા સરખો પણ ફાળો આપ્યો છે

ખરો ? ઇંદ્રિયોના સ્વાદને ઉત્તેજવા ઉપરાંત કૂછડે કશું પણ વિશેષ સાધ્યું છે ખરું ? જાતીય પરિબળ (Sex instinct) જ શું જીવનમાં એક અતિ પ્રબલ બળ છે શું ? ના જરાકેય નહિ. ક્ષુધાનું પરિબળ જાતીય પરિબળ કરતાં વિશેષ બલવત્તર છે, કારણ કે અન્ન જ પ્રાણીમાત્રને પોષનાર છે; પરંતુ જાતીય પરિબળ પ્રાણને ટકાવનાર નથી. નિગૃહીત કરેલી કામવાસનાથી કોઈને કશું જ નુકશાન થતું નથી અને આખી સૃષ્ટિમાં ફકત મનુષ્ય એક એવું પ્રાણી છે કે જ્યારે તેનું મગજ પૂર્ણ વિકસિત થયેલું છે ત્યારે કામવાસનાને નિગૃહિત કરવા માટે યોગ્ય શકિતમાન છે."

કામવાસનાને રોકવાથી દબાવવાથી અનેક દારુણ રોગો થાય છે એ જુઠાણાએ મનુષ્યની તામસિક વૃત્તિઓને ઠીક ઠીક ઉત્તેજી મૂકી છે. માનવજીવનમાં, વૃત્તિઓના વેગના છંદે નાચવું અને તે ચસ્કી રાચવું એ ક્ષુદ્ર આનંદની કોટિમાં આવે છે. અધમ વૃત્તિઓને પોષવી એ અધમ-જીવન જીવનારાઓ માટે ખરું હશે; પરંતુ જીવનની જેને કિંમત છે તેઓ જીવનની નિકૃષ્ટ વાસનાઓને ઈશ્વરાભિમુખી કે ઊર્ધ્વ (Sublimation) બનાવવા પાછળ જ પોતાની શકિતઓ ખર્ચે છે. સંયમ જ સંસ્કૃતિ સર્જે છે અને સંરક્ષે છે. જાતીય પાવિત્ર્ય ઉપર જ સંસ્કૃતિની શ્રેષ્ઠતા નિર્ભર છે. દરેક દેશની સંસ્કૃતિના ઇતિહાસમાં સંયમે ઠીક ઠીક ભાગ ભજવ્યો છે. જીવન શું ખાવાપીવા અને વિષયસુખની પરિસમાપ્તિમાં જ સમાઈ જાય છે ? માનવજીવનમાં અભીપ્સા જેવી કોઈ ચીજ છે ખરી કે નહિ ? મૅકડુગલ જેવો બ્રિટિશ, વિશ્વવિખ્યાત માનસશાસ્ત્રવેત્તા સંયમને જીવનનું પ્રેરક બળ માને છે. આ સમર્થ પંડિત કહે છે કે, "સંયમ અથવા વેગવિધારણ (Repression) એ જ સંસ્કૃતિ છે. વેગવિધારણ-તેના સાચા અને વિસ્તૃત અર્થમાં સંયમ (Restraint) સિવાય, દમ (Self-control) સિવાય, સદસદ્વિવેકબુદ્ધિ સિવાય, જનસમાજનું કલ્યાણ (greater good)

અને અકલ્યાણ શેમા છે તે સમજ્યા સિવાય, નીતિનિયમો સિવાય, પોતાની સંસ્કૃતિને ઘડનારા કેટલાક વિધિનિષેધો સિવાય, અવ્યવસ્થા અને અમર્યાદિત જંગલીપણા સિવાય બીજુ કંઈ પણ સારું સમાજમા ટકી શકે જ નહિ, જીવનની ઉદાત્ત ભાવનાઓનું એથી તો દેવાળું જ નીકળશે " [કેરેકટર એન્ડ કોન્ડકટ ઓફ લાઈફ, વિલિયમ મેકડુગલ]

આ વિશ્વવિખ્યાત માનસશાસ્ત્રીના વચનો આજના જમાનામા વિશેષ ધ્યાનાર્હ છે. સંયમનું સ્થાન જીવનમા અનેરું છે. લંપટતા, વિષયાભિમુખતા જીવનનું સર્વસ્વ નથી જ. જાતીય પરિબલોને હૃદયથી જાદે સ્થાન આપવામા પતનનો પૂર્ણ અવકાશ છે. એ પરિબલને યોગ્ય સ્વરૂપમા પિછાનવામા જરા પણ ખોટું નથી. સદસદ્વિવેકબુદ્ધિ સિવાય કામશાસ્ત્રનું જ્ઞાન કે જાતીય પ્રશ્નોનો ઉકેલ બકરી કાઢતાં ઊંટ પેસાડશે. ગુજરાતના યુવાનો શાંત ચિત્તે માનસશાસ્ત્રનો પરિચય સાધે અને જીવનનાં અનેક પ્રેરક બલોનો સાથેસાથે વિચાર કરે તો રોગગ્રસ્ત મનોવૃત્તિ યુવાનોમાં નજરે જ નહિ પડે.

શકે છે. હિંદના આ સંક્રાન્તિકાળ સમયે યુવાનો જીવનના પરમધન–તુલ્ય–સંયમને ત્યજીને શું પ્રાપ્ત કરશે ?

અંતે સ્વ. રમણભાઈની નીચેની યાદગાર પંક્તિઓ ટાંકીને આ લેખ બંધ કરીશું —

નીતિવ્યવસ્થા કરી ઈશ્વરે જે,
છે માત્ર તેને અનુકૂલ વિશ્વ;
નવી વ્યવસ્થા કરવાની શક્તિ
નથી મનુષ્યત્વ વિષે રહેની
(રાઈનો પર્વત)

૧૪ : હાથ ધુઓ

હું અંકલેશ્વરથી ટ્રેનમાં બેસીને વડોદરા જતો હતો. ભરુચ સ્ટેશને એક સ્વચ્છ વસ્ત્ર પહેરેલો પુરુષ મારા ડબ્બામાં આવ્યો અને મારી સાથે બેઠો.

હમણાં જાંબુની મોસમ છે. દરેક સ્ટેશને જાંબુ વેચાય છે. લોકો તે લઈને હોંશે ખાય છે. મારી પાસે બેઠેલા પેલા ભાઈએ એક ગેર જાંબુ વેચાતાં લીધાં અને એક પછી એક ખાવા માંડયા. ઠળિયા ગાડીની બહાર નાખવા જોઈએ એટલું એ ભાઈ જાણતા ન હતા.

એ ભાઈ આવી રીતે જાંબુ ખાવા લાગ્યા એટલે મારા મનમાં અનેક વિચારો સ્ફુરવા લાગ્યા. આ લોકોને કેવી રીતે સમજાવવું કે ધોયા વિના જાંબુ ન ખવાય ? કંઈ પણ મોંમાં મૂકતાં પહેલાં તે સ્વચ્છ છે કે અસ્વચ્છ છે તેની પરીક્ષા કરતાં આપણે ક્યારે શીખીશું ?

જાંબુની સ્થિતિ જોઈ છું તો ઉપર માખો બમણતી હોય છે. વેચનારાના હાથ ગંદા હોય છે. એના ત્રાજવા પણ એટલાં જ ગંદાં હોય છે. આવાં જાંબુ લેવાં અને તે જરા પણ સંકોચ વિના મોંમાં મૂકવાં ? એ જાંબુ સાથે કેટલાયે જંતુ તેના મોંમાં જતાં

હશે. રેલ્વેવાળા આવા લેાકોને આવી ખરાબ રીતે ખાદ્ય પદાર્થો વેચવા દે છે એ પણ આ અજ્ઞાન દેશમા જ નભાવી લેવાય છે.

ઉત્તરાયણથી એક બીજા પાટીદાર ભાઇ ડબ્બામા આવ્યા. બરાબર મારી સામે બેઠા તે ભાઇ આર્યસમાજી હતા એ એમની વાતેા ઉપરથી લાગતુ હતુ. આ ભાઈને દાદર હેાવી જોઇએ કારણ કે તે વારવાર ગુપ્ત ભાગ ખંજવાળતા હતા. વચ્ચેમા સ્ટેશને બારીમાથી ડેાકુ બહાર કાઢી પાણીવાળાને બૂમ પાડી અને જમણા હાથે લેાટેા ઊંચેા કરી ડાબેા હાથ હેાઠે લગાડી પાણી પીવા માડ્યુ. હું કમકમી ઊઠ્યેા.

વારવાર જે માણસ દાદર ખંજવાળતેા હેાય તેણે પાણી પીતા પહેલા હાથ ધેાવા જોઇએ એ સાદી વાતનું ભાન નથી. અને આ તેા વૈદિક સંસ્કૃતિના અભિમાની આર્યસમાજી ભાઈની વાત છે. દૂબળા, ભીલ, કેાળી ઇત્યાદિ પછાત કેામેાનું તેા પૂછવાનું જ શું હેાય?

મે એકાદ સ્થળે વાચ્યું છે કે મોન્ટેસેારી પેાતાના બાળકોને વારવાર હાથ ધેાઈને સાફ રાખવાની ખૂબ ચીવટથી ટેવ પાડે છે કેાઈ પણ વસ્તુ મેામા મૂકતા પહેલા હાથ ધેાવો જ જોઇએ એ સસ્કાર બચપણથી જ જો પડે તેા અનેક વ્યાધિઓમાથી બચી જવાય એમ છે

બંગાળના શિષ્ટ વર્ગમા મેં જોયુ છે કે એ લેાકેા કંઇ પણ ખાતા અગાઉ હાથ ધુએ છે અને ખાદ્ય પદાર્થ (ફળ વગેરે) ને બરાબર ધેાઇ નાખે છે. જે વાસણમાં ફળ કાપવાનું હેાય છે તે અને ચપ્પુ પણ બરાબર સાફ કર્યા બાદ જ તે ફળ કાપે છે. આપણે અહી ચુસ્ત ગણાતા વૈષ્ણવેામા પણ આ ટેવ નથી. સારા પૈસાદાર કુટુંબેામા આ ટેવ નથી. આપણા ડેાકટરેા અને વૈદ્યોને પણ આ ટેવ નથી પડી એમ હું અનુભવથી કહી શકું છું.

ઘર આગળ કે બહાર ગમે ત્યાં આપણે હેાઇએ પરંતુ ખાત

પહેલાં હાથ બરાબર ધોઇને સાફ કરવા જ જોઇએ. ફળ વગેરે જે હોય તે બરાબર ધોઇને સાફ કરવાં જોઇએ. ચપ્પુ પણ ધોઈ નાખવું જોઇએ. આ સાદી ટેવ જો આપણા જીવનમાં દૃઢમૂલ થઈ જાય તો કેવું સારું? બોર, રાયણાં, જાંબુ, કેરી, સકરટેટી, ચીકુ વગેરે આપણે ધોયા વિના મોંમાં મૂકીએ છીએ. એ ચીજોને સાફ વાસણમાં સ્વચ્છ પાણીથી ધોઈને જોશો તો કચરો નીકળે છે તે જણાશે. ફળ ગમે તેવી જગોમાં, ગમે તેવા હાથે પડેલાં અને ચઢેલાં હોય છે. ઉપર માખીઓ ગણગણતી હોય છે. અને માનવસમાજનો જો મોટામાં મોટો કોઈ દુશ્મન હોય તો આ નાની દેખાતી જીવલેણ માખો જ છે. મળ ઉપર બેસીને તે આવી હોય તો મળનાં દુષ્ટ જીવાણુઓ તે પોતાના બારીક પગો સાથે ચોટાડી લાવેલી હોય છે. આ બધાં અદૃશ્ય જંતુઓ કેટલાયે ભયંકર રોગો પોતાની સાથે લાવે છે. એનું આપણને ક્યાં ભાન છે!

ગામડાંમાં કામ કરનાર ભાઈઓ આ સાદી વાતનો ઝુંપડે ઝુંપડે પ્રચાર કરે તો કેવું સારું! ચા, બીડીના ગેરફાયદા વર્ણવવા કરતાં હાથ ધોવાના ફાયદા વર્ણવવા વધુ લાભપ્રદ છે. પ્રત્યેક ઘરમાં એક એક બોર્ડ મારી આવવું જોઇએ: "હાથ ધોયા વિના ખાવાની વસ્તુને રખે અડતા." "ફળને બરાબર ધોયા પછી ખાઓ." "ખાવાનાં વાસણ, શાક સમારવાની છરી વા ચપ્પુ બધું બરાબર સાફ રાખો."



૧૫ લોકચર્યા

પાયોરિયા

અત્યારે જ્યાં જુઓ ત્યાં પાયોરિયા, પાયોરિયા જ જોવામાં આવે છે. ડૉકટરો પણ હવે દાંત જોતા થઈ ગયા છે. કેટલાક તો

પાયોરિયા શું છે તે જાણવા વિના પણ રહેજ પરૂ જેવું લાગે એટલે પાયોરિયા ઠોકી મારે છે. અને આ રોગની દવા તો કઈ જાણે હોય જ નહિ કેમ એમ જોવામાં આવે છે! દાતના ડોકટર એના દાત પડાવી નાખવાની સલાહ આપે છે!!

હિંદુસ્તાન જેવા વનસ્પતિભક્ષક દેશમા આ દાતનો રોગ આટલો બધો વ્યાપક કેમ? થોડા વર્ષો ઉપર તો આ રોગનું કોઈ નામ પણ જાણતું ન હતું. આ બેત્રણ વર્ષમા તો તે સર્વવ્યાપી થઈ ગયો જણાય છે.

આયુર્વેદમા દિનચર્યાનો વિષય ઘણી જ સરસ રીતે વર્ણવાયેલો છે. એ પ્રમાણે જો આપણી ચર્યા થયા કરે તો મારું માનવું છે કે ભાગ્યે જ આપણે માદા પડીએ. પણ અત્યાર સુધી આપણા

સાહિત્યરસિકોને આવા વિષયો ચર્ચવાની કે બીજા પાસે લખાવવાની ગરજ ના હતી?—હજીયે કયા છે? સ્વાસ્થ્યને સાહિત્ય સાથે સબંધ ખરો? એ પણ આપણા સાહિત્યકોને મન મુઝવનારો પ્રશ્ન છે!

આપણા ઋષિઓએ દાતણ કરી રહ્યા પછી હમેશા તેલનો ગડૂષ (મોટો કોગળો) રાખવાનો કહ્યો છે આ તેલના ગડૂષથી શા શા ફાયદા થાય છે તે મહર્ષિ ચરકના નીચેના શ્લોકો ઉપરથી જાણશે.—

हन्वोः बलं स्वरबलं वदनोपचयः परः।
स्यात्परं च रसज्ञानं अन्ने च रुचिरुत्तमा॥
न चास्य कण्ठशोषः स्यान्नौष्ठयोः स्फुटनाद्भयम्।
न च दन्ताः क्षयं यान्ति दृढमूला भवन्ति च॥
न शूल्यन्ते न चाम्लेन हृष्यन्ते भक्षयन्ति च।
परानपि खरान्भक्ष्यान्तैलगण्डूषसेवनात्॥

चरक. सू. अ. ५ श्लो. ७२, ७३, ७४

અર્થાત્ તૈલગંડૂષના સેવનથી હનુ (હડપચી) મજબૂત થાય છે, સ્વર સુંદર થાય છે, વદનનો ઉપચય (ભરાવો), રસનું જ્ઞાન, અને ખાવામાં ઉત્તમ રુચિ થાય છે. એ માણસને કદાપિ કંઠમાં શોષ ન પડે, હોઠ ન ફાટે, દાંતનો નાશ ન થાય, દાંત પડે નહિ અર્થાત્ ઊલટાં દાંતનાં મૂળ વધારે દૃઢ થાય, દાંતમાં કદાપિ કળતર ન થાય, ખટાશથી અંબાઈ જાય નહિ, અને કાચા ચણા જેવો કઠિનમાં કઠિન ખોરાક તે ખાઈ શકશે.

દાતણ કર્યા પછીથી આવો કોગળો હંમેશાં ભરવો. કોગળો તલના તેલનો જ ભરવાનો છે. કોગળો ભરીને નીચું ઘાલીને દશેક મિનિટ બેસી રહેવું. આંખ પણ સારી થશે. દાંતમાં સડો નહિ થાય અને દાંતના ડૉક્ટર પાસે તે પડાવવા પણ નહિ પડે.

આપણા પેટમાં રહેલી બાદીનું જ પાયોરિયા એ પ્રદર્શન છે. પેટમાં ગમે તે નાખનારા આ જમાનાના શોખીન આટલું જાણે તો કેવું સારું?

આપણાં વાસણો

આપણાં વાસણો માટે પણ કંઈ લખવું આવશ્યક લાગે છે. કેટલાક લોટાનાં મોં એટલાં તો સાંકડાં હોય છે કે તેમાં ભાગ્યે જ હાથ જાય છે. પરિણામે આપણી બહેનો વડનો કૂચો કરીને તેનાથી ઘસે છે. આથી સારી રીતે લોટો અંદરથી સાફ નથી થતો. આવાં સાંકડાં મોં શાથી રાખ્યાં હશે?

આપણા પિત્તળના પ્યાલાની ધાર વાળેલી આવે છે. રાખથી કે માટીથી આપણે તે વીંછળીએ છીએ અને તે માટી ધારમાં ભરાઈ

× 'પાયોરિયા'નું ગુજરાતી નામ આપણે 'કૃમિદંતક' રાખી શકીએ. સુશ્રુતે પણ દાંતના રોગોમાં આ નામનો રોગ ગણાવ્યો છે પણ તે આ છે કે નહિ તેની મને શંકા છે.

રહે છે ઘણાએ આ જોયુ પણ હશે. છતા પણ એવા પ્યાલા હજી આપણે વાપરતા આવ્યા છીએ.

હમેશા વાપરવાના વાસણો ઉપર કળા શા કામની હશે? લોટાઓ ઉપર દશાવતારના ચિત્રો અને બીજી સુન્દર કોતરણી હોય છે. પણ આ કોતરણીમા ધૂળ ભરાઈ રહે છે તે તરફ આપણુ લક્ષ જાય છે ખરૂ? વાપરવાના વાસણો ઉપર આવી કળા ન હોય તો શુ જાય? કળાની ઘેલછા તો આ નહિ હોય?

અને આ વાસણ વીછળવાની રીતમા પણ આપણે હવે આ જમાનામા જરાયે સુધારો નહિ કરીએ? રસ્તાની ધૂળ વડે આપણે આ સાફ કરીએ છીએ. રસ્તામા મળ, મુત્ર, લીટ, કફના ગળફા વગેરે નાખતા આપણે જરા પણ ખચાતા નથી આ જ ધૂળથી આપણા વાસણો સાફ થતા દેખી મનમા કઇને કઈ થઈ જાય છે. જેમા ને તેમા આપણે આપણી ગરીબાઈને આગળ ધરીએ છીએ. પણ આમા તો આપણી અજ્ઞાનતા જ નથી શુ?

અત્યારે ઠેરઠેર એલ્યુમિનિયમના હલકા અને સસ્તા વાસણો વપરાવા લાગ્યા છે પ્રો જારવીનને રાધવાના કામમા વપરાતા જુદી જુદી ધાતુના જુદા જુદા વાસણોમા રાધી જોઈને કયી ધાતુના વાસણોમા ધાતુ ઓગળીને ખોરાકમા ભળે છે એ સિદ્ધ કરેલુ છે. લોખડ, ત્રાણુ, નીકલ, કલાઈ, એલ્યુમિનિયમ, એનેમલ, પિત્તળ, વગેરે ધાતુઓના વાસણોમા રાધીને તે વિદ્વાન ડોક્ટર જણાવે છે કે "સૌથી ઉત્તમમા ઉત્તમ વાસણ પિત્તળ છે" અને ખરાબમા ખરાબ વાસણ એનેમલનુ ગણાવે છે. છતા પણ આપણે પરાપૂર્વથી ચાલતા આવેલા પિત્તળના વાસણોને બદલે હવે એલ્યુમિનિયમ અને એનેમલના વાસણો ખરીદતા થયા છીએ કેવુ અજ્ઞાન! વિવેકભ્રષ્ટીનો કેવો ભયકર વિનિપાત! બધા જ પાઠો પશ્ચિમ ભણાવશે ત્યારે જ ભણીશુ શુ!

વંદા

આપણા ખાવાનુ ઢાકી રાખવાના અને મૂકવાના ભંડારિયા

તમે જોયાં છે ? તેમાં ઘણી વખત વંદા, મંકોડાને ફરતા તમે નથી જોયા ? ભંડારિયું જાણીને ખોરાક પણ ઘણે ઠેકાણે ખુલ્લો જ રાખી મુકવામાં આવે છે. ભંડારિયામાં બાકાં હોય છે તેમાં આ વંદાઓ ભરાઈ રહે છે. વંદા બડી ચપળ જાત છે. ભંડારિયું ઉઘાડતાં વેંત જ તે અંદર બાકામાં ભરાઈ જાય છે અને બંધ કરતાં વેંત જ પાછા બહાર નીકળીને ખોરાક ઉપર ફરવા મંડી જાય છે. કીડી, મંકોડા તો ગળપણ ઉપર જ ફરે છે પણ આ તો ગમે તેવા ખોરાકને પણ મૂકતા નથી. વિજ્ઞાન જણાવે છે કે આ વંદા (Cockroach) થી કેન્સર (Cancer) ફેલાય છે. સાન્ફ્રાન્સીકો એક્ઝામીનર (may 10, 1924)માં "How cancer is spread by the dirty little Cockroach" નામનો એક લાંબો લેખ છપાયો છે.

હિંદુસ્તાનમાં હવે કેન્સરના ઘણા કેસો થાય છે. એકસ-રે, રેડિયમ્, વાયોલેટ રેઝ, વગેરેથી તેના ઉપચાર પણ હવે આપણે અહીંઆં થાય છે. પણ આ થવાનાં કારણો આપણા ડૉકટરો જણાવશે ? પશ્ચિમના લોકોને તો માંસભક્ષણને લીધે થાય છે, આપણા હિંદુઓને શાથી થતા હશે ? આવા વંદા જેવા બંદાઓ તો તેને માટે જવાબદાર નહિ હોય ?

વિટામિન

પશ્ચિમના વિદ્વાનો હવે આજકાલ Vstamin ઉપર ખાઈપીને મંડયા છે. આપણો પંડિત વર્ગ પણ હવે તે નામ જાણતો થયો છે. આ Vitamin એ શું છે તે બહુ ઓછા જાણે છે. "આ વિટામિન ફકત છોડવા જ બનાવી શકે છે જંગમ પ્રાણીઓ બનાવતાં નથી. પ્રાણીઓના શરીરમાં તો તે બહુ જ જુજ પ્રમાણમાં સંઘરી રાખવામાં આવે છે. એટલે કે જીવનશકિત (Vitality) મેળવવા માટે તો અંતે પ્રાણીમાત્રને વનસ્પતિ પાસે જ જવું પડે છે."[૧]

---

૧. Vitamin ઉપર નિશ્ચયપૂર્વક બોલનાર વિશ્વવિખ્યાત ડૉ. એ. ડી. એમેરના આ શબ્દો છે.

સૂર્યમાંથી આવેલી શકિત (energy) ક્લોરોફિલ (chlorophyl) લીલા રંગરૂપે પાંદડાંમા ભેગી થાય છે. આ ક્લોરોફિલ ધીમેધીમે સ્ટાર્ચ (starch)માં પરિણીત થાય છે. આથી જ તે પોષણ આપનારી છે. પ્રાણી મરી જતાં સૂર્યના પ્રતાપે જ સડી જઈને તે શકિત પાછી ઝાડપાલાને મળે છે અને ઝાડપાનમાથી તે પાછી પ્રાણીઓ મેળવે છે.

હિંદુસ્તાનને વિટામિનનું શિક્ષણ આ લોકો પાસેથી લેવું પડે છે તે આપણા દુર્ભાગ્યની બલિહારી જ ને?

* *

માંસભક્ષણ

Hystericus તખલ્લુસધારી કોઈ ૧૯૨૬ માર્ચની ૨૩મીના ટાઈમ્સ ઓફ ઇન્ડિયામા 'Beef and spirituality in India' વિષય ઉપર એક લેખ લખે છે. ડૉ મુંજે વગેરે હિંદુજાતિને શક્તિ મેળવવા માટે માસ ખાવાની સલાહ આપે છે રા. હિસ્ટરિકસ પણ જણાવે છે કે જ્યારથી હિંદુઓએ Beef-eating મૂકી દીધુ છે ત્યારથી જ તેમની આધ્યાત્મિકતા અને વીરતા અસ્ત થઇ છે. હિંદુઓ નબળાપોચા છે એટલે માસ ખાવાથી તેઝલા થઈ જશે? માસ ભક્ષણને અને આધ્યાત્મિકતાને શો સબધ હશે? હિંદુસ્તાનમા માસ ખાતી જાતિઓમા શૌર્ય કેમ જણાતું નથી?

હા, આપણા ખોરાકમા માસ જેવા પોષણકારક તત્ત્વો ન હોય તો તે સંબધી વિચારવાનુ રહ્યું. પણ આમ લોકોને ચોકાવવામા શો લાભ?

x x

ખોરાકમાં શાસ્ત્રીયતા

Dr E V. Mccollum લખે છે કે –"Although we pity the orientals with their diet of rice, say beans, sweet potatoes and bomboo sprouts, they are succeeding far better than Americans or Europeans in the scientific completeness of their food" અર્થાત્ ડૉ. ઈ વી મક કૉલમ કહે છે કે ભલે આપણે, પૂર્વના લોકો જે ભાત, કઠોળ, બટાટા, સકરિયા અને વાસના કુમળા ફણગાનુ અથાણુ ખાય છે તેમની દયા ખાઈએ, પણ અમેરિકનો અને યુરોપિયનો કરતા તેમના ખોરાકની શાસ્ત્રીય પૂર્ણતામા તેઓ ઘણા આગળ છે

પશ્ચિમનો નામાંકિત ડૉક્ટર જે ખોરાકને વખાણે છે તેને હવે આપણે પોતે જ વખોડતા થયા છીએ

આપણા ખોરાકમા હવે સુધારાવધારા થવાની જરૂર છે ભાતને પહેલા સારી રીતે ધોઇ નાખે છે થોડુ ઘણુ તત્ત્વ તે ધોવામા ચાલ્યુ જાય છે આ ધોવાણ પીને પણ માણસો જીવી શકે છે એટલી તેનામા તાકાત છે પછી તેમાથી વધારા પડતું ઓસામણ કાઢી નાખવામા આવે છે કારણ કે ભાત તેથી છુટો થાય ભાત લચકો અને સારી રીતે ચડેલો હોવો જોઇએ ભાતને હમેશા એડો જ કરવો કદાપિ ઓસામણ કાઢવુ નહિ ધોવામા અને ઓસામણમા બધા જ ઉપયોગી તત્ત્વ ચાલ્યા જાય તો પછી જે છુટો ભાત આપણે ખાઈએ છીએ તેમા તત્ત્વ પણ શુ રહે?

પાટીદારોમા તો વળી જમાઇ સાસરે ગયો હોય ત્યારે ભાતને એકદમ ઊજળો બનાવવા માટે ભાતમા થોડીક છાશ નાખવાનો ચાલ છે ખટાશને લીધે ચોખાનો મેલ કપાઈ જાય એટલે વધારે ઊજળા લાગે જ ઓસામણ નિતારી નાખવામા આવે છે એટલે ખટાશ પણ સાથેસાથે બહાર નીકળી જાય છે આવો ભાત પચવામા મુશ્કેલ પડે છે, પોષણ મળતું નથી અને પેટમા ખટાશ (acidity) થાય છે.

અને આપણા ગૂજરાતીઓની દાળ તો સાવ પાણી જેવી જ હોય છે આપણા ખોરાકમા પોષણના અગત્યના તત્ત્વો દાળમા હોય છે કઠોળ (nitrogenous foods) શક્તિપ્રદ છે, શરીરને માટે ઉપયોગી છે, પણ ગૂજરાતીઓ તો સાવ ઢીલી દાળના ખાનારા! કેવળ પાણી જ પીએ છે પંચમહાલ તરફના ધારાળા આથી જ ત્યાની ઉજળિયાત કોમોને "ઢીલી દાળ ખાનારા તમો શુ કરી શકો?" એમ વ્યંગમા કહે છે દાળ સારી રીતે ઓગળી ગયેલી અને ઘાટી ખાવી જોઈએ. કોઈ 'भिन्नरुचिर्हि लोकः।' એ મને સંભળાવે તો મારે નિરુત્તર જ રહેવુ પડે!!

"વૈદ્યરાજ ! આપણે હમેશા છયે રસ ખાવા કે નહિ ? કેટલા ટંક ખાવુ જોઈએ ?"–આવા પ્રશ્નો સાધારણ છે મહર્ષિ ચરક જણાવે છે કે "સર્વ રસો ખાવાથી બલ આવે છે, અમુક સમયોગ સાચવવો અતિયોગ અને હીનયોગ ત્યાજ્ય છે આમલી, હિંગ, મસાલા, હળદર દરેકની પાછળ શાસ્ત્રીય સત્ય રહેલુ છે

આપણા અત્યારના બેઠાખાઉ માણસો માટે, જે માણસોને શારીરિક કામ કરવાનુ નથી હોતું તેનાઓ માટે–એક જ ટંક ખાવુ ઉત્તમ છે મહર્ષિ ચરક કહે છે एकाशनभोजन सुखपरिणामकराणाम् । શારીરિક મહેનત કરનારાઓ માટે આ નિયમ નથી આ નિયમમા અપવાદ હોઈ શકે મુંબઈના ઘણાખરા માણસો એક ટંક ખાઈને રહે તો આટઆટલા સંગ્રહણીના કેસો થાય ખરા ?

* * *

न रागान्नाप्यविज्ञानादाहारमुपयोजयेत् ।
परीक्ष्य हितमश्नीयाद्देहो ह्याहारसंभव ॥४५॥
चरकसहिता-सू स्था २८

"જીભને વશ થઈને રખે ખાતા ગુણદોષ જાણ્યા વિના, હિત અહિતની પરીક્ષા કર્યા વિના રખે ખાતા આહારથી જ આ દેહ બનેલો છે"

છતા આહાર સબધી આપણા સાહિત્યમા એકાદ અપવાદ સિવાય સારા પુસ્તકો કેટલા છે ?

---

१ सर्वरसाभ्यासो बलकराणाम् । एकरसाभ्यासो दौर्बल्यकराणाम् ॥ चरकसहिता-सू-अ-२५.

ગામડાંમાં જાઓ !

આ કમનસીબ દેશની પુનર્ઘટનાના પ્રકાર પણ મને અટપટા જ લાગે છે બધા દેશનાયકો બૂમો મારે છે 'ગામડાના ઉદ્ધારમા જ

હિંદનો ઉદ્ધાર છે. હિંદુસ્તાન એ ગામડાંનો જ બનેલો છે.' પણ હુ માનું છું કે કોઇ દેશનાયકે ગામડામાં એકાદ બે વર્ષ વસીને ગ્રામ-જીવનનો તલસ્પર્શી અભ્યાસ જ નથી કર્યો.

ગામડાંની આજની સ્થિતિ

અત્યારના આપણા ગામડાં એટલે જડતાના ઘર જ, ગામડાંમાં સાદાઇ, પવિત્રતા, નીતિ વગેરે છે એમ જે કહે છે તે ગામડામાં રહ્યા પછી કહે તો સારું. હું પાંચછ વર્ષથી ગામડામાં આવીને પડયો છુ. ગામડામા ફરવાનો, તેના લોકોના પરિચયમાં આવવાનો પણ મને શોખ છે. આટલા વર્ષના અંતે હુ કહુ છું કે ગામડામાં નીતિ જેવું ઘણું ઓછું છે. ૧૫ ઘરના નાના ગામમાં પણ પરમિયો (ગોનોરિયા), ટાંકી–ચાંદી (સિફિલિસ)ના રોગો જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓનું ભોળપણ એટલી હદ સુધીનું છે કે ગમે તે દુષ્ટ માણસ તેનો સહેલાઈથી લાભ લઈ શકે છે. કેટલીયે સ્ત્રીઓ બિચારી ગુપ્ત દરદોથી પીડાય છે. ચાંદીને લીધે કેટલાંયે કુટુંબો વાંઝિયાં જણાય છે.

સાદાઈ છે પણ તે ગરીબાઈને લીધે છે. પૈસો પાસે આવે છે ત્યારે તો ગામડાંના લોકો પણ જીવનનો વિલાસ માણી શકે છે.

ગામડાંમાં જઇને કરવું શું ? નથી કોઇને વાંચવું કે નથી કોઇને સાંભળવું. નાનાં પુસ્તકો મફત વહેંચો તો પણ જે વાંચી શકે એવા થોડાઘણા હોય છે તે પણ નથી વાંચતા. સારામાં સારો માણસ ગામડામાં ભાષણ કરવા આવે તો તેને સાંભળવાનું તેમને કુતુહલ પણ નથી થતું. સાથે કોઈ ઓળખીતો માણસ ન હોય તો તેનો ભાવ પણ કોઈ ન પૂછે.

ખોટી અહંતા, અંદર અંદર દ્વેષો છે. એક પણ ગામ (ભરૂચ જિલ્લાની આ વાત છે) એવું ભાગ્યે મળશે કે જ્યાં એક કરતાં વધુ પક્ષો ન હોય. આ પક્ષોમાં સામસામા કેસો તો ચાલતા જ રહે. એક પક્ષ કોઈનું ઘાસ સળગાવી મૂકે તો બીજા પક્ષવાળા તેનો તૈયાર થયેલો

કપાસ જ રાત્રે ને રાત્રે કાપી નાંખે. આ પક્ષવાળાઓને ત્યાં આપણા જેવો તટસ્થ માણસ જાય તો બીજા પક્ષવાળો આપણને પણ એના પક્ષનો ધારી લે છે.

આ પક્ષોના કુસંપને લીધે કેટલાક બદમાસો ખુશામતથી એકાદ પક્ષમાં ઘૂસે છે એને થોડાં વર્ષો પછી તેઓ ગામમાં સખત ત્રાસ વર્તાવી શકે છે. એક પક્ષે મુસલમાનને રાખ્યો એટલે બીજા પક્ષવાળો પણ રાખે જ. એટલે બન્ને પક્ષના સંરક્ષકો મુસલમાન ગુંડાઓ બને છે. આ ગુંડાઓ પ્રજાની નબળાઇનો પૂરતો લાભ ઉઠાવે છે અને જોતજોતામાં ગામડાના તાજ વગરના ધણી જેવા તે થઈ બેસે છે.

આવા એકબે બદમાસોથી આખાં ગામ ને ગામ ધ્રૂજે છે. દૂબળાઓને મરણતોલ માર મારીને તેમની પાસેથી ફાવે તેવાં કામો તેઓ કરાવી શકે છે. ગમે તેવા કુલવાન માણસને છોડતો નથી. સોમાંથી પોણાસો ગામડાંની આ વાસ્તવિક સ્થિતિ છે.

બાળલગ્ને તો ગામડાંમાં હદ વાળી છે. કોળી, કુંભાર, મોચી, લુહાર અને ઠેઠ બ્રાહ્મણો સુધી બધી જ કોમોમાં બાળલગ્ન પ્રચલિત છે. કોળી લોકો કન્યાને ૮–૧૦ વર્ષથી ભાગ્યે જ મોટી કરી શકે છે. મોટી કરે તો વાતો થાય! પરિણામે વેતિયાં, માયકાંગલાં સંતાનોથી દેશ ઉભરાય છે. ગરીબાઇને લીધે દૂધઘી જેવા પોષણકારક ખાદ્યો આપણને મળતાં નથી અને એમાં વળી આ બાળલગ્ન!

પશ્ચિમમા તો અત્યારે સુપ્રજનન શાસ્ત્ર (Science of Eugenics) જોસભેર ગતિ કરી રહ્યું છે. આપણે અહીં તો પ્રજા થવી એ કેવળ અકસ્માત અને દૈવની જ ગતિનો વિષય છે! નાલાયકનાં લગ્નો બંધ શી રીતે કરવાં?

નડતી મુશ્કેલીઓ

ઠીક, એ વિષયને જવા દો. ગામડાંમાં જઈ ને વસનાર યુવાનોના

ભરણપોષણનું શુ ? બધાને ' ભિક્ષા ' માગવાનુ દેશનાયકો કહેશે ? ભિક્ષાથી તેમના બૈરાછોકરાનુ પોષણ તે કરી શકશે ? ગામડામા યુવાનો કા તો ખેતી અથવા વૈદ્યક શીખેના હોય તો જ સ્વાવલબી રહી શકે. ગુજરાતના ગામડામા ખાદીને—હાથવણાટ અને કતામણને યોગ્ય સ્થાન નથી અને ખાદીમાથી એક સ્વયસેવક માસિક ૩૦-૩૫ રૂપિયા મેળવી શકશે ખરો ?

અત્યારનુ ગામડુ એટલે જ્યા કોઇ પણ જાતની સગવડ નહિ એવુ સ્થાન ન મળે પોસ્ટ ન મળે રેલ્વે, ન મળે પુસ્તકાલય, ન મળે સારી સગતિ, ન મળે વૈદ્યકીય મદદ, ન મળે સારુ રહેવા જોગ મકાન—અર્થાત્ દરેક જાતની અગવડો ભોગવવા જે જુવાન તૈયાર હોય તે જ ગામડામા વસી શકે ત્યા રહીને સાહિત્યનો શોખ કે સાહિત્યની સેવા ન પાલવે કે ન કરી શકાય

અને જુવાનની પત્નીનું શુ ? યુવાન તો ૧૦-૧૨ વર્ષની કેળવણી અને વાચનના પ્રતાપે દેશસેવા, ત્યાગ, સાદાઈ એ સમજતો થયો છે પણ તેને પાનવે પડેલી તેની પત્નીનો બિચારીનો શો વાક કે તે પણ આવુ દુ ખ ભોગવે ? ધરેણાગાદા ઉપરથી તેનું ચિત્ત હજી ઊઠયુ નથી મારા બીજા મિત્રો જે શહેરમા રહીને યથાશક્તિ સેવા કરી રહ્યા છે તેમની પત્નીઓને જોઈને પણ તે ઊલટુ ' સુન્દર રીતે રહેવાનુ ' શીખી આવે છે ધનસન્નિપાતના આ જમાનામા સર્વત્ર ધનની પૂજા થઈ રહી છે ગુણ નહિ પણ ધન જ માનને પાત્ર મનાય છે ગામડામા અને શહેરમા સર્વત્ર ધનવાળો જ પડિત વકતા અને પ્રીતિપાત્ર મનાય છે

મારા એક મિત્રની પત્ની મને કહે છે ".. જ્યારે તમારે બધાને ગામડામા જ રહેવુ હતુ ત્યારે તમારે પરણવુ જોઈતું ન હતું આ બેત્રણ છોકરા થયા છે તેની કેળવણીનુ તમો શુ કરશો ? વધારે વધારે શેા કમાવુ નથી તમારી સેવાના ભોગે આ બિચારા

બચ્ચાંની કેળવણીનો તમો શું ભોગ આપશો ? શહેરમાં મોકલીએ તો માસિક રૂપિયા ૧૫-૨૦ જોઇએ. ગુરુકુળમાં મોકલીએ તો ત્યાં પણ પૈસા જોઇએ. અને જ્યાં ઘડપણમાં ટાંગા નહિ ચાલે ત્યારે દેશનાયકો તમારા પોષણ માટે પૈસા આપશે કે ? તમારે બચાવવું તો છે જ નહિ ને ? અને ૩૦ કપેડીમાં તમો બચાવો પણ શું ?......અને આ તમારી ખાદીની સાડીઓ ! પ્રભુ તોબાહ ! એક તો ખારાં પાણી, બીજું ગામડાની ધૂળ અને ત્રીજું સાડીનો ભારઃ અમારાથી તો ધોવાતીયે નથી અને ધોઇએ છીએ તો પણ કાળી ને કાળી જ રહે છે. જેના ભોગ લાગ્યા હોય તે ગામડામાં રહે !......"

સાદાઈ કોને કહેવી ?

બધા સાદાઈનો ઉપદેશ કરે છે પણ સાદાઈ કોને કહેવી તેની વ્યાખ્યા કોઈ બાંધશે? સ્ત્રીપુરુષ અને એક સંતાનને માસિક ઘી-દૂધના કેટલા પૈસા જોઈ એ ? દરેક વ્યક્તિએ દિવસભરમાં પાંચ તોલા ચરબી (fat) ખાવી જોઈએ. પાંચ તોલાને બદલે દરેક માણસ અધોળ જ ઘીતેલ ખાય તો પણ ત્રણ માણસના કુટુંબ માટે માસિક ૭ રૂપિયાનું ઘી જોઈએ. (બચ્ચાં માટે ખાસ બનાવવું હોય તો ૭ને બદલે આઠ રૂપિયા જોઈએ.) દૂધ, શાક-ભાજી, ઘઉં, ચોખા, દાળ, ઘરભાડું લુગડાં, પુસ્તકો, મુસાફરી—આ બધામાં માણસ બહુ સાદો રહે તો પણ આ જમાનામાં આ મોંઘવારી જોતા રૂા. ૫૦)થી કદીયે ઓછા રૂપિયાથી તેનું ન નભે. હા, પછી પેટે પાટા બાંધીને સેવા કરે, બચ્ચાંને ભૂખે મારે તેના પોતાનામાં અને તેની પત્નીમાં રહેલી રસવૃત્તિને પણ તે સૂકવી નાખવા જેટલો ક્રૂર થઈ શકે તેમ હોય તો ભલે.

— ગામડાંમાં રહેનાર યુવાનો પાસેથી સંયમની આશા મુરબ્બીઓ ભલે રાખે, પણ તે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચારી રહે એમ-તો નહિ ઇચ્છે ને? પણ બચપણમાંથી જ લગ્ન થઈ ગયેલું હોય છે તેનું શું કરવું ? આ

સ્થિતિમાં તે બિચારો સેવા શું કરી શકે? આવેશમાં જે ગામડામાં ચાલી આવેલો હોય છે તે એકાદ વર્ષને અંતે આ બધા અનુભવો લઈને શહેરમા પાછો સિધાવે છે!

કુટુંબભકિત વિ. દેશભકિત

મારા એક મિત્ર લગભગ ૭–૮ વર્ષથી ગામડામા રહીને સેવાવ્રત ધારણ કરી રહ્યા છે. તે હજી પરણ્યા નથી. ખેડૂત છે અને ખેડૂતને તો પત્ની સિવાય ચાલે જ નહિ. છતાયે તે ભાઈ નિભાવે રાખે છે. પણ હવે તેમનાં માતાપિતા વૃદ્ધ થયા છે. ઘરની આર્થિક સ્થિતિ ઘણી ખરાબ છે. ભણાવી ગણાવીને જે દીકરાને તેઓએ મોટા કર્યો છે તે દીકરો હવે તેમના ઘડપણમાં તેમને શાંતિ આપવા પ્રયત્ન કરે છે. પણ એટલા પૈસા કયાથી લાવે? પિતાને માસિક રૂ. ૪૦–૪૫ નું ખર્ચ છે. બહેનો વગેરે માતાપિતાને ત્યાં જાવઆવ કરે, પરિણામે બચરવાળ એટલે ખર્ચ પણ આવે. હવે આ પિતૃભક્ત ભાઈ ડગ્યા છે–મુંઝાયા છેઃ એક તરફ પિતૃભક્તિ અને બીજી તરફ દેશભક્તિ. પણ માતાપિતાને તરછોડી શકવા જેટલી અત્યારે દેશભકિત ઉભરાઈ જતી નથી એટલે હવે તે મુંઝાય છે.

મને લાગે છે કે આપણી વર્ણવ્યવસ્થામાં ઘણું ઊંડું રહસ્ય સમાયેલું છે. ગૃહસ્થાશ્રમીઓએ પોતાનાં બાલબચ્ચાં અને કુટુંબનું ભરણપોષણ કરવું જ જોઈએ. ગૃહસ્થાશ્રમ એ પોતે જ ઘણી સેવાઓનો આશ્રમ છે તો પછી બહાર સેવા કરવાનું માંડી વાળી તેઓએ તો જાગૃત રહીને જેટલું બને તેટલું પ્રસંગોપાત આપી છૂટી, સંયમી જીવન ગાળીને કુટુંબને સુખી બનાવવું જ જોઈએ. તેમનાં બચ્ચાને યોગ્ય ઉચ્ચ કેળવણી પણ આપવી જ જોઇએ.

વાનપ્રસ્થાશ્રમનો જે વૃદ્ધો સ્વીકાર કરે અને બાકીની અવસ્થા ગામડાંમા રહીને પૂરી કરે તો ઉત્તમ વાત છે. તેમનો બહોળો અનુભવ, ગૃહસ્થાશ્રમીઓની હાડમારીનો ખ્યાલ, શાંત મનોવૃત્તિ

અને સંયમી સાદું જીવન–ખરેખર ગામડાંની સેવા માટે વધારે યોગ્ય ગણાય.

* *

ત્યાગ કરો !

... ... અને આ ગામડાંની પ્રજાને વળી કેટલાક ત્યાગની વાતો સંભળાવે છે ! બિચારાઓ પાસે ત્યાગવાનું છે જ શું ? આખા વર્ષની મહેનત શેઠશાહુકારો, ફકીરો, સાધુઓ અને દારૂના પીઠાવાળાઓ પડાવી જાય છે. હું તો આ લોકોને ત્યાગ કરવાની નહિ પણ ભોગ ભોગવવાની સલાહ આપું છું. પોતે ગાયભેંસ ઘર આગળ રાખે છતાં દૂધ તેઓ ભાગ્યે ખાય છે, ઘી પણ વેચી નાખે છે, છાશ પણ વેચે છે. તેઓ ખાય, પીએ, મોજ મારે એ સ્થિતિ જોવા હું ઉત્સુક છું. આવી ભૂખડીબારસ જેવી સ્થિતિમા તેમની આગળ ત્યાગની વાતો કરવી એ ભેંસ આગળ ભાગવત જેવું છે.

ખેતીની દુર્દશા, ઢોરઉછેર તરફ આશ્ચર્યકારક બેપરવાહ, શેઠ-શાહુકારોનો અને હવે તો સિંધી–કાબુલીઓનો પણ ત્રાસ, આરોગ્ય માટે મોટું મીંડું, કેળવણીનો તદ્દન અભાવ–આ બધા પ્રશ્નોનો ગામડામાં જઈને રહેનારે સંપૂર્ણ અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

અમારા મંડળનું અહીં એક ફાર્મ છે. સાત વર્ષમા બે વર્ષે જ કંઈ નફો મળ્યો હતો, બાકીના બધાં વર્ષોમા ખોટ છે. બીજા પ્રતિષ્ઠિત મોટા ખેડૂતોની પણ એ જ દશા છે. મૂડી ખેડૂતો રોકે છે તે ઉપરનું વ્યાજ તેમ જ રીતસરનો બીજો હિસાબ ખેડૂતો રાખતા હોય તો ખેડૂતો ખેતી કરે જ નહિ એવી ગંભીર પરિસ્થિતિ ઊભી થઈ છે અને થતી જાય છે. મજૂરોનો પ્રશ્ન પણ અટપટો છે.

જ્યાં મનુષ્યઉછેરનું ઠેકાણું નથી ત્યાં ઢોરઉછેરનું જ શું હોય ?

× ×

શહેરો સુધર્યા વિના ગામડાં સુધરશે ખરાં ? અત્યારે ગામડાંમાં

જનાર જોઈ શકે છે કે શહેરનુ અને શહેરના લોકોનું ગામડિયા સંપૂર્ણ અનુકરણ કરે છે. ઠેઠ ભરવાડો અને ઢેડ સુધી આ બીડી ઘૂસી છે હોટલો વગેરે હવે ગામડામા ઘૂસવા લાગી છે. શહેરમા જઈને ગામડાના લોકો પાનપટ્ટી, નાટક, સિનેમા વગેરે જોતા થઈ ગયા છે ગામડામા પણ ચોખ્ખું ભેળ વિનાનુ દૂધ ભાગ્યે જ મળે છે. મહેમાનગીરી માટે પ કાયલા ગુજરાતના ગામડામાથી મહેમાનગીરી પણ દિનપ્રતિદિન અદૃશ્ય થતી જાય છે. ગામડાની સારી સ્થિતિની બહેનોમા પોલકા અને બીજા પોષાકો, ફેશનેબલ ઘરેણાગાઠા વગેરે દાખલ થયા છે ગયા ત્રણચાર વર્ષોના ઇલેકશનથી પણ લોકો રાજનીતિ વિષે રહેજ જાણતા થયા છે! આમ શહેરોનું અનુકરણ ગામડા કરી રહ્યા છે આમા જે અનિષ્ટ છે તેનુ જ અનુકરણ પહેલું થાય છે દુબળાઓ પણ માન્ચેસ્ટરના ઝીણા ધોતિયા પહેરતા થઈ ગયા છે.

દિનપ્રતિદિન ગામડાં ભાગતા જાય છે. વધતી જતી જીવનની હાડમારીઓ ને જરૂરિયાતો, શહેરના મોજવિલાસ, વગેરે ગામડાંના લોકોને તે તરફ એંચી રહ્યા છે. ખેતીના આવા ખરાબ વર્ષોથી લોકો હવે અધ્રુવનો ત્યાગ કરી નોકરી જેવી ધ્રુવ વસ્તુ તરફ દોડવા લાગ્યા છે!

જે વરાઓમા પહેલા ૫૦ રૂપિયા ખર્ચાતા હતા તેમા જ હવે ૨૦૦-૨૫૦ ખર્ચાવા લાગ્યા છે. આ ચોખ્ખું શહેરનું અનુકરણ છે. બાળલગ્ન પણ જ્યા સુધી ઉચ્ચ મનાતી કોમોમાથી નહિ દૂર થાય ત્યા સુધી ગામડામાથી તે નહિ નીકળે એમ હુ માનું છુ.

*　　　　*

સિદ્ધરુદ્ર બ્રાહ્મણો (સજોદરાઓ) અને વીશાલાડ વાણિયાની ન્યાતો વિષે જાણવું જરૂરી છે. કન્યાની એટલી બધી અછત છે કે સોમાથી પચાસ પુરુષો વાઢા જ મરે છે, જેને કન્યાઓ મળે છે.

તેને તિજોરી ખાલી કરવી પડે છે. પરિણામે વસ્તી એકદમ ઘટતી જાય છે. વિધવાઓનો પ્રશ્ન મુંઝવે છે—અનીતિ વધે છે.

સમસ્ત ન્યાતોની ઓછેવત્તે અંશે આવી જ સ્થિતિ છે. રા. મુકરજીનું 'Dying Hindu Race' નામનુ પુસ્તક દરેક હિંદુએ વાંચવા જેવું છે. હિંદુઓની વસ્તી ઘટે છે એનાં કારણો પણ વિચારવા જેવાં છે. આપણા સાહિત્યમાં આવા પ્રશ્નો ચર્ચવાની કોઈને ગમ જ નથી પડતી!

* *

કેવા માણસ જવા જોઈએ?

નિત્શેના અતિમનુષ્યની ભાવનાવાળા જુવાનો જ ગામડામાં જવા જોઈએ. તેઓ ખરેખરા ખખડધજ હોવા જોઈએ. આવતી કાલની પરવા જેને ન હોય, ભય અને મૃત્યુ જેને મન રમત હોય, તેવા નિષ્કામ કર્મયોગીઓએ જ ગામડામાં જવું જોઈએ એમ મને લાગે છે. પોતાના જીવનની સુધારણા તે કદીયે ન ભૂલે, જેનામાં વછેરાનો થનથનાટ અને વૃદ્ધનો સંયમ હોય, સ્નાયુઓમાં પાષાણશી દૃઢતા હોય, જીવનશક્તિ ઉભરાતી હોય, આખું શરીર જાણે એક કમાન જેવું હલકું અને ચપળ હોય, તેની આસપાસના માણસો કરતાં જે અનેક ઘણો આગળ હોય—આવા માણસો જ અત્યારનાં ગામડાંમાં જડ વાતાવરણને પલટાવી શકશે. બીજા તો પોતે જ તમસના ભોગ થઈ પડીને પોતામાં જે થોડું ઘણું રજસ ભર્યું હશે તે પણ ગુમાવી બેસશે—'ત્રિશંકુ''જેવી તેમની ગતિ થશે. અત્યારે ઘણાયે નવયુવાનોની આ ત્રિશંકુ જેવી દશા થયેલી છે, તેના મૂળમાં કંઈક આવું જ છે.

આ છતાં પણ સાધારણ માણસો ગામડામાં સારી સંખ્યામાં જઈને વસે તો પણ કામ થઈ શકે એમ છે. એક જ તાલુકામાં એક જ વિચારના કેટલાક યુવાન મિત્રો પોતાની સમસ્ત શક્તિઓને

કેન્દ્રિત કરીને તાલુકાના ગામડેગામડે વસી જાય તો પણ સરસ કામ થઈ શકે એમ છે ગામડામા રહેવુ એ જ એક જાતનુ તપ છે ત્યા રહ્યોરહ્યો ભલે તે કઈ કામ ન બતાવે છતાયે તેનુ રહ્યુ સાવ નિષ્ફળ નહિ જાય તેના વિશુદ્ધ જીવનની ઓછીવત્તી છાપ તો ત્યાના લોકો ઉપર જરૂર પડશે જ. પણ એટના બધા માણસો લાવવા કયાથી? નાગપુર જેલમા જવા હજારો આગળ આવેના પણ અહી ગામડામા આવવા કોઈયે તૈયાર નથી તેનુ શુ કારણ? નાગપુરની જેનમાથી તો છ મહિના કે એક વર્ષમા છૂટીને આવવાની તેમને ખાત્રી હતી–દેશ-સેવકો તરીકે ઝળકવાની પણ કદાચ અ તરથી ગુપ્ત ઇચ્છાઓ હશે–પણ અહી ગામડામા જઈને વસવુ એટને તો આપણી એકાદ બે પેઢીની જ કેદ! શહેરમા સેવા કરનારા ઘણાયે મળી આવે છે, પણ ગામડામા રડયાખડયા જ જણાય છે તેનું શુ કારણ?

× × ×

વળી એક બીજી વાત કેવળ વૈતરું કરી છૂટે એવા યુવાનોની ગામડામા જરૂર નથી બુદ્ધિની સૂક્ષ્મતા પણ તેમને માટે આવશ્યક છે તે ચાલાક હોવો જોઈએ નહિ તો ઘણાઓ તેને બનાવશે અને તેની ભલમનસાઈનો દુરુપયોગ કરશે એક ભલા ભાઈ આખા ગામના ફેરાફાટા ખાય એટને તે બધાને વહાલા લાગે, પણ એમનુ પોતાનું કઈ કામ હોય તો કોઈ ભાગ્યે જ કાન ઉપર લે! અને એટલું કરવા છતા પણ ને ભાઈ કદી અત્યજને અડકે અથવા એક ગરીબ વિધવા સાથે તેના દુ ખોની વાતો કરે અને તેને કઈ મદદ કરે તો પછી થઈ રહ્યુ! તે દભી છે, બગડેલો છે, એ ઇન્કામ તો તેના કપાળમા ખરો જ

આપણો સમાજ ગુપ્ત પાપોને હસને મોઢે સાખી શકે છે પણ આમ ઉઘાડી છૂટ (અનમત નિર્દોષ)ને તે સહી નથી શકતો.

સમાજની આંખમાં કમળો છે એટલે બધે જ તે પીળું દેખે છે. કેટલાયે નિષ્કલંક યુવાનોના ચારિત્ર્યને કાળું ચીતરવાના પ્રયત્નો પણ ગામડાંના લોકોએ કરેલા છે, ગામડાંમાં જ નહિ, શહેરમાં પણ આવી મનોવૃત્તિ જણાય છે. રોગગ્રસ્ત માનસ બીજું શું જુએ–જાણે ?

* * *

'ઉતાવળા રખે થતા'

પણ મારા એક મુરબ્બી મિત્રનો દૂરથી સ્વર સંભળાય છેઃ "ઉતાવળા રખે થતા. ગામડામાં રહેનાર યુવાનોમાં અખૂટ ધીરજ અને અદમનીય ઉત્સાહ જોઈશે. તમારા કામનાં ફળ કદાચ તમો તમારી જિંદગીમાં નયે જોઈ શકો. આયર્લેંડ અને રશિયામાં પણ ગ્રામપુનર્ઘટના યુવાનોના સ્વેચ્છાપૂર્વક સ્વીકારેલા સંન્યાસને જ આભારી છે. તેઓ ૬૦–૭૦ વર્ષોથી ગામડાંમાં જઈને વસેલા. ગયા યુદ્ધ વખતે તેમને અનુકૂળ સંજોગો આવ્યા એટલે તેમનું કામ દીપી ઊઠ્યું. દરેક સંગીન કામ વખત તો માગે જ. તમને ગામડાંની જડતાથી કંટાળો આવ્યો છે, પણ ગામડાંની સુધારણા વિના દેશની સુધારણા તમો કલ્પી શકો છો ખરા ? કાર્ય કરનારે પોતાનું આંતરિક જીવન તપાસતા રહેવું અને દિનપ્રતિદિન જીવનને વિશુદ્ધ બનતું જોતા રહેવું. પોતાની સુધારણા વિના અન્યની સુધારણા જરાકે શક્ય નથી......"



૧૬ પુરુષનું સૌંદર્ય

' રસજ્ઞ નથી તે જંગલી છે જેઓ જંગલી છે તે બહાર બરડ ને અંદર દુર્બલ છે '' —રવીન્દ્રનાથ ટાગોર

સૌન્દર્ય અને કોમળતા જાણે સ્ત્રીઓના જ આભૂષણો છે એમ આપણા દેશમા મનાય છે પરતુ આ માન્યતા ખરી નથી પુરુષમા કોમળતા કે સૌન્દર્ય સભવી જ ન શકે, પુરુષ એટલે ખડતલ મરદ, કોમળતા સ્ત્રીના શરીરમા હોય, પુરુષ તો વળી કોમળ હોઈ શકે ખરો? આ અને આવી જ બીજી દોષિત વિચારસરણી આપણા આખાયે સમાજમા પ્રચલિત લાગે છે ખરી વાત તો એ છે કે સૌન્દર્ય વિનાની સ્ત્રી જેમ આખમા ખૂચે એવી ચીજ છે, તેમ સૌન્દર્ય કે કોમળતા વિનાનો પુરુષ પણ જોવો ગમે તેમ નથી સ્ત્રીમા પુરુષત્વનો અને પુરુષમા સ્ત્રીત્વનો અમુક અશ રહેવો જ છે ગમે તેવા બળવાન પુરુષમા જો સ્ત્રીત્વની છાય નથી હોતી તો તે પુરુષ દર્શનીય નથી હોતો સુદર સ્ત્રીમા પુરુષત્વની છાય હોય છે જ સ્ત્રીત્વ સિવાયનું પુરુષત્વ અને પુરુષત્વ વિનાનું સ્ત્રીત્વ બન્ને આદર્શ સ્થિતિ તો નથી જ જે ખરો મરદ હશે તેનામા સ્ત્રીસુલભ કોમળતા અને મૃદુતા પણ સાથોસાથ હશે જ જે ખરી સુદર સ્ત્રી હશે તેનામા પુરુષસુલભ શૌર્ય અને સાહસ પણ સાથોસાથ હશે જ સર્વાગ સુદર સીતામા પુરુષોચિત શૌર્ય અને સાહસ બન્ને રગેરગમા ભર્યા હતા, પુષ્પથી પણ કોમળ એવી દમયતીમા 'મુછાળા મરદો'ના માન ઉતારે એટલુ બલ અને નિર્ભયત્વ હતુ, દ્રૌપદી જેટલી સુદર તેટલી જ તેજસ્વી છે સુકન્યાનુ અપ્રતિમ સૌન્દર્ય પૌરુષભાવ વિનાનુ હોત તો આજે તેને કોણ યાદ કરત? અને લાખોનો સહાર કરનાર રામ પુષ્પથી પણ કોમળ પ્રકૃતિના છે એ સાહિત્યરસિકોથી અજ્ઞાત નથી જ વજ્રથીયે કઠોર અને કુસુમ કરતાયે વિશેષ મૃદુ એવા લોકોત્તર મનુષ્યોના હૃદયોમા જ સૌન્દર્યના ભડાર ભર્યા હોય

છે. અર્જુન જેટલો ગાંડીવથી શોભે છે તેટલો જ ઇંદ્રના મહેમાન તરીકે રહીને નૃત્ય કરતો પણ શોભે છે. પુરરવામાં શૌર્ય અને પ્રેમ બંનેનો અજબ સમન્વય કવિએ પણ બતાવ્યો છે, અને નટરાજ તેમના નૃત્યમાં પણ શૌર્ય અને સૌન્દર્ય દર્શાવી શકે છે.

અર્થાત્ સૌન્દર્ય એ કેવળ સ્ત્રીઓનું જ આભૂષણ નથી. પુરુષોમાં સૌન્દર્ય ન હોય એ કલ્પના જ બેહૂદી છે. હા, પુરુષોમાં પુરુષત્વનો અંશ વિશેષ રૂપમા હોય છે અને સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીત્વનો અંશ વિશેષ રૂપમાં હોય છે. જે પુરુષમાં શૌર્ય, સાહસ અને શક્તિ ન હોય તેનામાં કદીયે સુંદરતા હોતી નથી. પુરુષ એટલે જ મરદાનગી, અભયત્વની મૂર્તિ. પુરુષના પડકારમાં દુશ્મનોના હાંજા ગગડાવી નાખવાની શક્તિ હોવી જોઈએ. પુરુષના બાહુમાં શક્તિ હોવી જોઇએ, પુરુષની વજ્ર જેવી કમર અને 'કનકગિરિશિલા સમાન વક્ષ,' પુરુષોના 'પીનલંબ બાહુ,' એની ગજ અથવા વૃષભના જેવી ગતિ, શ્યેન પક્ષીના જેવું નાક, એની શિલા સમાન છાતી (વ્યૂઢોરા), આ બધું પુરુષમાં ન હોય તો તેને પુરુષ ન કહેવો જોઇએ. પુરુષમાં પુરુષત્વ ન હોય તો પછી ભલે તે મૃદુતાની મૂર્તિ હોય તોયે એ પુરુષ નામને લાયક નથી. ખરા શૌર્યમાં હંમેશાં કોમળતાનો વાસ હોય છે જ. સ્વ. રમણભાઈએ યોગ્ય જ કહ્યું છે:—

> જે શૌર્યમાં કોમળતા છુપાઈ તેને જ સાચું પુરુષત્વ માનું,
> દ્રવન્ત લોખંડનાં ખડ્ગ થાય, પાષાણનાં ખડ્ગ નથી ઘડાતા.
>
> 'રાઈનો પર્વત'

પથ્થરનાં ખડ્ગ નથી ઘડાતાં પણ દ્રવન્ત લોખંડનાં જ ખડ્ગ ઘડાય છે. જે શૌર્યમાં કોમળતા છુપાઈ જ હોય છે તેના જ જીવનનાં ચિત્રો ઇતિહાસપટ ઉપર અંકાય છે. બળ અને મૃદુતા, શૌર્ય અને શોભા, નક્કરતા અને નમ્રતા, આ સુંદર પુરુષના ગુણો છે.

સૌન્દર્ય સફેદ ચામડીમાં નથી. It is not skindeep.

or bonedeep. સુંદરતા ચામડીમાં અને સ્નાયુઓમાં જ નથી. શરીરનો રંગ, વાળ, નાકનો મરોડ, મજબૂત છાતી,છટાદાર ચાલ, સ્પષ્ટ અને મોહક વાણી, પ્રચંડ મજબૂત બાહુ, ગાત્રલાઘવ અને કર્મસામર્થ્ય આ સુંદર પુરુષના ચિત્રના મુખ્ય ઘટકો છે. વિશાળકાય યુ. પીના ભૈયા કે કદાવર કાબુલીઓનાં શરીર સૌન્દર્યના નમુના નથી. તેમ કૉલેજના કૉલેજિયનો જેમ નાજુક ચાલે ચાલનારા, ચીપીચીપીને બોલનારા અને નાજુકાઈમાં જ પોતાની મોટાઈ અને સુંદરતા માનનારાનાં માયકાંગલાં શરીરમાં પણ સૌંદર્ય નથી. દુષ્યંત, પુરુરવા, રઘુ, અજ, રામ, લક્ષ્મણ, અર્જુન, કચ, કાર્તિકસ્વામી અને શિવ આ બધા પુરુષસૌન્દર્યના સાચા નમુનાઓ છે.

સુંદર સ્ત્રીઓ તો જોવામાં આવે છે પરન્તુ સુંદર પુરુષો જવલ્લે જ જોવામાં આવે છે. કવિ નાનાલાલે કુમારિકાઓને કેવો પતિ ગમે છે તેનું સુંદર વર્ણન કરતાં પુરુષનું હુબહુ ચિત્ર દોરેલું છે:—

> જોઈ હસે મુજ આંખ, ટરે મુજ આત્મન
> પ્રેમની ભરતી મ્હેડે.
>
> દાખવ દેવિ ! એ ભાખ સખિ !
> મુજ વલ્લભ કોણ ? એ કયાંથી જડે ?
> નેત્રે સુધા વરસે વીરલી,
>
> ઉરમાં ઉછળે રસઓઘ, અને
> પુણ્યપરાર્થી ઉદાર બહાદુર,
> એ વર બાપુ ! બતાવ મ્હને.

જેનાં નેત્રમાં વીરલ સુધા વરસતી હોય. જેના ઉરમાં રસની પ્રચંડ ઊર્મિઓ ઉછાળા મારી રહી હોય, જે પર-પારકાં માટે જાન કુરબાન કરવા જેટલો ઉત્સાહસંપન્ન હોય, પુણ્યવાન હોય, ઉદાર હોય અને બહાદુર હોય, આવો વર મેળવવાના કન્યાઓના કોડ

હોય છે. ફિક્કાંફસ શરીરમાં ભુડથલ સ્ત્રીઓ ઘણી વખત સુંદરતા આરોપતી જણાય છે, પરંતુ સૌન્દર્ય શરીરના રંગમાં નથી. ખરું સૌન્દર્ય આત્માનું પ્રતિબિંબ ઝીલનારુ હોય છે. જે ઉદાર, પુણ્યપરાયણ, બહાદુર અને રસજ્ઞ હશે તેનો બાહ્ય દેખાવ અવશ્ય સારો હશે–હોવો જોઈએ. આકૃતિ ગુણોનું કથન કરે છે એ કહેવત ખોટી નથી. સુંદર સ્ત્રી કે સુંદર પુરુષ આંતરિક વિશુદ્ધિ વિના નથી થવાતું. જેને સૌન્દર્યની દૃષ્ટિ સાંપડી છે તે જ સૌન્દર્ય શોધી શકે છે. ટાગોરે ખરું જ કહ્યું છે કે જે રસજ્ઞ નથી તે જંગલી છે અને જેઓ જંગલી છે તે બહાર બરડ અને અંદર દુર્બળ હોય છે. 'મરુભૂમિમાં શક્તિ નથી. શક્તિનું યથાર્થ રૂપ તે જ સ્થળે દેખાય છે કે જ્યાં પથ્થરની છાતી ઉપરથી પાણીનો પ્રવાહ કલ્લોલ કરતો વહ્યો જાય છે, જ્યાં વસંતના રૂપના હિલ્લોલથી હિમાલયનું ગાંભીર્ય મનોહર બની જાય છે. વિક્રમાદિત્યે ભારતવર્ષમાંથી શક લોકોને હાંકી કાઢયા હતા ખરા પણ તેણે કાલિદાસને મેઘદૂત લખવાની મનાઈ કરી ન હતી.'

કાલિદાસની રસજ્ઞતાને પોષે અને દુશ્મનોને ત્રાડથી ડારે એવા પુરુષોને જ આપણે સુંદર કહી શકીએ. જે પુરુષમાં શૌર્ય–વીર્ય ના હોય પછી બીજા બધા ગુણો ભલે સોળેસોળ આના હોય, છતાંય તે પુરુષને આપણે સુંદર ન કહી શકીએ. પુરુષત્વ વિનાનું પુરુષ-સૌન્દર્ય સંભવી જ નથી શકતું. કલાનો ઉપાસક વીર્યવાન જ હોય અને વીર્યવાન જ કલાનો સાચો ઉપાસક હોય. પોતની પામરતાને ઢાંકવા માટે કલાનો જે આશરો લે છે તે પુરુષત્વવિહોણા છે. માયકાંગલો પુરુષ ભલે સુંદર નૃત્ય કરતો હોય તોયે તેનું નૃત્ય શોભતું નથી. નૃત્ય ઉદયશંકરનું વખણાય છે કારણ કે ઉદયશંકરનું શરીર સુઘટ, સુડોળ છે અને રશિયન નર્તકી આના પૅવલોવાએ કહ્યું છેઃ 'મેં ઉદયશંકર જેવું ઘાટીલું પુરુષશરીર જવલ્લે જ જોયું છે.' થોડા

-મહિના ઉપર 'હેલ્થ' નામના અંગ્રેજી માસિક ઉપર એક મદ્રાસી એડવોકેટના નૃત્યનો સુંદર ફોટો આવ્યો હતો. એ માસિકના તંત્રીએ સાચું આરોગ્ય કેવું હોવું જોઈએ એ બતાવવા માટે જ એ સરસ ચિત્ર પૂંઠા ઉપર આપ્યું હશે. એ એડવોકેટનું સુઘટ અને સુદૃઢ શરીર નાચ વખતે એવું કોમળ જણાય છે કે આપણને એ ચિત્ર છોડવાનું મન જ નથી થતું. અમેરિકાનો નૃત્યકલાકોવિદ ટેડ શોન એક પહેલવાન જેવો જણાય છે. 'ફિઝિકલ કલ્ચર' નામના અમેરિકાથી નીકળતા માસિકમા મેં એનો ફોટો જોયો છે. એવું પહેલવાન જેવું શરીર છે છતાં જ્યારે તે રંગભૂમિ ઉપર નૃત્ય માટે ઊતરે છે ત્યારે કોઈ એને વ્યાયામવીર ટેડ શોન ન જાણે, પણ જાણે મૃદંગી મૃગનયના ના હોય! આ નૃત્યકલાકોવિદ ટેડ શોનના પુરુષસૌન્દર્ય ઉપરના વિચારો પણ જાણવા જેવા છેઃ

"સ્ત્રીસહજ ગુણોનો જો પુરુષમાં અભાવ હોય તો સમજવું કે ત્યાં સુધી તેનું પુરુષત્વ અપૂર્ણ છે. પરંતુ સ્ત્રીના કેટલાક ગુણો હોવા એ વાત જુદી છે અને સ્ત્રીમય બની જવું એ વાત જુદી છે.

ઇશ્વરે સ્ત્રીના જેટલું જ પુરુષશરીર પણ સુંદર બનાવ્યું છે. આદર્શ સ્ત્રીસ્વરૂપ સક્રિય કરતાં નિષ્ક્રિય વધુ હોય છે. સ્ત્રી ઊભી હોય કે બેઠી હેાય કે અઢેલીને બેઠી હોય તોય સુંદર લાગે છે. જ્યારે પુરુષનું શરીર તેના કામ કરવાની છટા વખતે કે શૌર્ય દર્શાવવાના પ્રસંગોએ જ શોભી ઊઠે છે."

ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે, "બલ વિજ્ઞાનથી શ્રેષ્ઠ છે, કારણ એક બળવાન માણસ સો વિદ્વાન માણસોને થથરાવે છે." ઉપનિષદો કે વેદો હંમેશાં વીર્ય–શૌર્યની સ્તુતિ ગાય છે. એમનો આદર્શ -આશાવાન, દૃઢનિશ્ચયી અને બલસંપન્ન પ્રજાનો છે. 'તું વીર્યસ્વરૂપ છે, મને તું વીર્યવાન બનાવ!' આ અને આવી બીજી અનેક પ્રાર્થનાઓના ઉદ્ગારો વેદોપનિષદમાં મળે છે.

હિંદુસ્થાનને અત્યારે સૌથી વધુ જરૂર બલની ઉપાસનાની છે પરીક્ષાઓ પાસ કરનારા અથવા પેપટિયાઓ તો ઘણા હવે જણાવા લાગ્યા છે, પરંતુ આદર્શ પૌરુષ હજી પ્રગટ થયું નથી જણાતું નવયુવાન કુસ્તીના ડગનોમાં શરીરને કસે, તોફાની નદીઓ તરતા શીખે, તોફાની ઘોડા ઉપર ફલંગ મારીને ચઢતા શીખે, ઝાડ ઉપર ચઢતા અને દડાની માફક નીચે પડતા શીખે વ્યાયામથી કસેના શરીરમાં જ સૌન્દર્યદર્શન થાય છે ફટાફટ કરતા સ્નાયુઓ, વિભક્ત ઘનગાત્રત્વ દેહનાધર, કર્મસામર્થ્ય, આ બધું વ્યાયામથી જ પ્રાપ્ત થાય અને પુરુષસૌન્દર્ય આ સુઘટ, સુદ્દઢ, સુડોળ શરીરમાં જ વાસ કરે છે આ સાથે આજના યુવકમાં રસજ્ઞતા હોય, કલાની દૃષ્ટિ અને સૌન્દર્ય જોવાજાણવાની દૃષ્ટિ હોય, સાથે સાથે '**सत्य शिव सुन्दरम्**' એ જ કલાનો આદર્શ છે, તે આદર્શની સિદ્ધિ માટે તપશ્ચર્યાથી જીવ ને કરયુ હોય, આટલું હોય તો આજનો યુવાન સુનાનીને શોભાવશે યુવાનો કલાભિમુખ થતા જાય છે એમ ઘણા કહે છે અને કલાના સ્નિગ્ધ ફલક ઉપર પગ જલદી લપસે પણ છે, પરંતુ સાચી કલા સાચા જીવનમાંથી જ સાંપડે છે એ વાત કદી ન ભુલાવી જોઈએ સાચા જીવનની દૃષ્ટિ આનશે ત્યારે સૌન્દર્ય શોધવા નહિ જવું પડે ઈશ્વર એ દિન જલદીથી લાવો



૧૭ : કાયસંપત

કવિકુળગુરુ કાલિદાસે રઘુવંશની શરુઆતમા દિલીપ રાજાનું દિલચસ્પ વર્ણન કર્યું છે. આ વર્ણન વાંચ્યા પછીથી આ લેખ લખવા પ્રવૃત્ત થયો છુ. આ રહ્યું એ વર્ણન :—

व्यूढोरस्को वृषस्कन्धः शालप्रांशुः महाभुजः ।
आत्मकर्मक्षमं देहं क्षात्रो धर्म इवाश्रितः ॥
सर्वातिरिक्तसारेण सर्वतेजोभिभाविना ।
स्थितः सर्वोन्नतेनोर्वी क्रान्त्वा मेरुरिवात्मना ॥
आकारसदृशः प्रज्ञः प्रज्ञया सदृशागमः ।
आगमैः सदृशारम्भः आरम्भसदृशोदयः ॥

દિલીપની છાતી પહોળી અને ફૂલેલી હતી–વક્ષસ્થલ વિશાળ હતું, ખભાનો ભાગ સાંઢની કાંધ જેવો ઉન્નત હતો, ઊંચાઈ શાલ-વૃક્ષ (હિમાલયમાં આ ગગનચુંબી વૃક્ષો થાય છે.) જેવી હતી, એના હાથ લાંબા–આજાનબાહુ–ઘૂંટણ સુધી પહોંચે એવા લાંબા હતા. કવિ કહે છે કે જાણે ક્ષાત્રધર્મ પોતાને અનુરૂપ દેહ ધારણ કરીને ધરતી ઉપર અવતીર્ણ થયો છે.

રાજાના દેહસૌષ્ઠવના વર્ણન માટે આ એક જ શ્લોક પૂરતો છે; પરંતુ કાલિદાસને આટલાથી સંતોષ નથી. સાક્ષાત્ ક્ષાત્રધર્મ ' આત્મકર્મક્ષમં દેહં ' ધારણ કરીને પૃથ્વી પર અવતર્યો છે. આટલું વાક્ય જ દિલીપના વર્ણન માટે બસ હતું. પરંતુ કાલિદાસની આર્ષ દૃષ્ટિને આટલાથી સંતોષ નથી થતો. એ તો બાહ્ય રૂપનું વર્ણન થયું. કવિએ કદીયે બાહ્ય રૂપની પ્રશંસા નથી કરી. રૂપ અને લાવણ્ય વચ્ચેનું પાર્થક્ય પૃથગ્જનો જાણતા નથી પરંતુ કાલિદાસની પ્રત્યેક કૃતિમાં આ બે વચ્ચેનું પાર્થક્ય સ્પષ્ટ તરી આવે છે. રૂપને કવિ તિરસ્કારતા નથી, સન્માને છે, પરંતુ લાવણ્ય વિનાના રૂપ ઉપર

કવિને પ્રીતિ નથી. આ બતાવવા માટે જ દિલીપના વર્ણનને કવિ આગળ ચલાવે છે :

"એ સર્વથી અધિક બલવાન હતા, સર્વથી અધિક તેજસ્વી અર્થાત્ પોતાના તેજથી અન્યના તેજોનો પરાભવ કરનાર હતા. એ સૌથી વધુ ઊંચા હતા, અને શરીરના એવા ઉત્કર્ષ બદલ સારીયે પૃથ્વીને આક્રાન્ત કરીને મેરુ જેવો રાજા ભવ્ય લાગતો હતો."

પરંતુ ઊંચાં તો ઊંટોયે હોય છે. ઘણા ઊંચા મનુષ્યો મૂર્ખ હોય છે. 'બહુ લંબે સો બહુ મૂર્ખ' એવી કહેવત પણ સમાજમાં પ્રચલિત છે. બહુ ઊંચાઈએ કંઇ અસાધારણ ગુણ ન ગણાય. કાલિદાસ જેવા કવિની મનુષ્યશરીર તરફની દૃષ્ટિ હંમેશાં સૂક્ષ્મ-નિગૂઢ રહેલી જણાય છે. બાહ્ય સૌન્દર્યને કવિએ કદી વખાણ્યું નથી. દિલીપની ઊંચાઇ-શાલવૃક્ષ જેવી પ્રચંડતા-કવિને પ્રિય છે પરંતુ એટલાથી આદર્શ શરીર-રૂપનું વર્ણન સમાપ્ત ન જ થઈ શકે. કવિ આગળ વધે છેઃ—

"જેવું એમનું શરીર હતું તેવી જ તેમની બુદ્ધિ હતી. જેવો આકાર હતો તેવી જ પ્રજ્ઞા હતી. જેવી બુદ્ધિ હતી તેવું જ શાસ્ત્રજ્ઞાન હતું. જેવું ઉત્કૃષ્ટ શાસ્ત્રજ્ઞાન હતું તેવું જ અવદાત ચરિત્ર હતું. જેવું એમનું ચરિત્ર હતું તેવું જ એમનું સુભગ ઉત્થાન હતું."

કવિ વર્ણન કરે છે દિલીપનું; પરંતુ ખરી રીતે આદર્શ શરીર કેવાં હોવાં જોઈએ એ બતાવવા માટે કાલિદાસે આ વર્ણન આપ્યું છે. શરીરસૌન્દર્યનો આદર્શ બતાવવાનો કવિનો મનસૂબો છે એમ હું માનું છું.

બુદ્ધિ વગરનું પડછંદ શરીર આંખને કે મનને ગમતું નથી. શરીર સિવાયની બુદ્ધિ કદીયે માનને પાત્ર બની નથી. શરીર અને બુદ્ધિ બન્ને ભલે હોય પરંતુ "સર્વાતિરિક્તસાર"–સૌથી અધિક બલ અને સૌથી અધિક તેજસ્વિતા–"सर्वतेजोऽभिनाविना"

વિના તે પણ ગમતા નથી. શરીર, બુદ્ધિ, ઓજસ આ ત્રણેયનો સયોગ પણ કવિની સૌન્દર્યપિપાસાને શાંત કરતો નથી. કંઈક હજી વધુની જરૂર કવિને લાગે છે અને તે છે શાસ્ત્ર-જ્ઞાન અને ચારિત્ર. બુદ્ધિ હોય છતાય તે અણખેડાયેલી હોય, વિશાળ વાચન ન હોય તો તે બુદ્ધિ માટે માન ઉત્પન્ન થતું નથી. જેવી બુદ્ધિ તેવું જ શાસ્ત્રજ્ઞાન (પ્રજ્ઞયા સદૃશાગમ) આવશ્યક છે. અને આ બધું હોય ને ચારિત્ર ન હોય તો? એ શરીરસૌંદર્ય કવિનો વિષય ન બને. બુદ્ધિ સાથે શાસ્ત્રજ્ઞાન, શાસ્ત્રજ્ઞાન સાથે અવદાત ચારિત્ર-સૌન્દર્ય કાવ્યની કડીમા ખૂટતો આ છેલ્લો મણકો છે. કવિએ આ વર્ણનથી ખરેખર કમાલ કરી છે એમ મને લાગે છે. દિલીપને વર્ણવી કાલિદાસે ખરેખર આદર્શ શરીર-સૌન્દર્યને જ વર્ણવ્યું છે એમ મને લાગે છે.

સંસ્કૃત સાહિત્યમા ઘણી જગોએ સુદર પુરુષના લક્ષણો અને વર્ણનો નજરે ચઢે છે પરંતુ આ વર્ણનમા કવિએ જે સંભાર ભર્યો છે તે એ મહાકવિને છાજે એવો જ છે ઘણા કવિઓએ 'કનકગિરિ શિલાસમાનવક્ષ.', 'શ્યેનનાસ' 'દ્વિરદપતિહનુઃ' દીર્ઘવિશ્લિષ્ટકેશઃ" ઇત્યાદિ મોહક પુરુષશરીર-દર્શન કરાવ્યા છે પરંતુ કાલિદાસે આદર્શ પુરુષસૌન્દર્યદર્શન કરાવી હાથ ધોઇ નાખ્યા છે એમ મને લાગ્યા જ કરે છે.

શરીર, ઇન્દ્રિય, સત્ત્વ અને આત્મા-આ ચારેયના સયોગને ચરકે જીવન ગણાવ્યુ છે કાલિદાસે પણ રૂપ, લાવણ્ય, બલ, વજ્ર-સંહનનત્વ આ ચારેયને શરીરસંપત્તિ માટે આવશ્યક લેખ્યાં છે. પાતંજલ યોગસૂત્રમા યોગ્ય જ કહ્યું છે—

"रूपलावण्यबलवज्रसंहननत्वानि कायसम्पत्।"

રૂપ, લાવણ્ય, બલ અને વજ્રસંહનનત્વ-આચારને કાયસંપત્તિ તરીકે ગણાવ્યા છે. ચારમાથી એક પણ ઊણું હોય તો તેટલે અંશે

કાયસંપત્તિ ઓછી–અધૂરી. કાલિદાસે દિલીપના વર્ણનમાં આ ચારેયનો સુભગ સંયોગ આપણને દર્શાવ્યો છે. વ્યૂઢોરસ્કઃ વૃષસ્કંધ, શાલપ્રાંશુ, મહાભુજઃ— આ રૂપ દર્શાવે છે.

લાવણ્ય માટે ગુજરાતીમાં ખાસ શબ્દ નથી. લવણ જેમ પાણીમાં મળી જાય છે તેમ ખરું લાવણ્ય આપણને એકદમ ગમી જાય છે. તે આપણી સાથે ઓતપ્રોત થઈ જાય છે. લાવણ્ય એ આત્માનો ગુણ છે. રૂપ સ્થૂલ છે, externl form છે, જ્યારે લાવણ્ય internal beauty આત્માનું સૌન્દર્ય છે. એમાં બુદ્ધિ, જ્ઞાન, ચારિત્ર્ય અને બીજું ઘણું આવી જાય છે. ઉદાત્ત ભાવોના સંયોગ વિના લાવણ્ય નિષ્પન્ન થઈ જ ન શકે. Beauty is not skin-deep–ગોરી ચામડી એ કંઈ સૌન્દર્ય ન કહેવાય. ઘણાંયે ગોરાં સ્ત્રી–પુરુષો મને કદરૂપાં લાગે છે. કોઈને વાત કરતાં નથી આવડતી, કોઈને બોલતાં નથી આવડતું, કોઇને ચાલતાં નથી આવતું, કોઈની રીતભાત અનાકર્ષક હોય છે, કોઈને સાહિત્યકલામાં રસ નથી હોતો તો કોઈ વેદાભ્યાસમાં જડ જેવા જણાય છે. લાવણ્યને મોતીના પાણી સાથે સરખાવવામાં આવ્યું છે એ યોગ્ય જ છે. શુભ્રતા એ મોતીનું રૂપ ખરું પણ એમાં જે પાણી છે તે જ એનું લાવણ્ય છે. પાણી સિવાયનુ મોતી ધોળું જરૂર લાગે પણ એની કિંમત શી? આ જ પ્રમાણે લાવણ્ય એ અનેક ઉદાત્ત ભાવોના સંયોગ ઉપર નિર્ભર છે. પ્રજ્ઞા, આગમ, આરંભ અને ઉદય–આ ચાર શબ્દોથી કાલિદાસે લાવણ્યનો ખ્યાલ આપણને આપ્યો છે.

અને સર્વાતિરિક્તસાર, સર્વતેજોભિભાવિના–થી આપણને એના બલનો ખ્યાલ આપ્યો છે, અને બલ ઉપરાંત પતંજલિએ જેને 'વજ્રસંહનનત્વ' કહ્યું છે એ મેરુની ઉપમા આપીને આપણને દર્શાવ્યું છે. બકાસુર ભીમના શરીર ઉપર મુક્કા મારે, એના ગિરિકંદરાઓમાં પડઘા પડે પરંતુ ભીમનું રૂંવાડું ઊભું ન થાય. તદ્દન બેફિકર રીતે

ખાધા જ કરે. આ શરીરકાઠિન્ય ને વજ્રસંહનનત્વ. બલ એક ચીજ છે જ્યારે આ કાઠિન્ય બીજી વસ્તુ છે. બલ હોય પણ ખખડધજપણું ન પણ હોય. જેમ સ્વાસ્થ્ય અને બલ બે ભિન્ન છે તેમ બલ અને વજ્રસંહનનત્વ પણ ભિન્ન છે. જરાસંધ અને ભીમની કુસ્તીના વર્ણનમા મહાભારતકારે શરીરકાઠિન્યનો હૂબહૂ ચિતાર આપ્યો છે. અખાડાઓમાં જે "ભુધવારી" ખેલાય છે તે આ સંહનનત્વપ્રાપ્તિ માટે જ. રૂપ, લાવણ્ય, બલ અને વજ્રસંહનનત્વ–આ ચારેયના સંયોગથી કાયસંપત–શરીરસંપત્તિ નિષ્પન્ન થાય છે. શરીરસંપત્તિમાં આ ચારેયનો સમાવેશ કરનાર આપણા આચાર્યો માટે આપણને માન ઉપજ્યા વિના રહેતું નથી.

શરીર અને બુદ્ધિ બન્નેના આદર્શ વિકાસમાં જ કાલિદાસે પુરુષનું દેહસૌન્દર્ય કલ્પ્યું છે.

શરીર અને બુદ્ધિ એ બન્ને ઘણે અંશે વારસમાંથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. અનેક પ્રયત્નો કરવા છતાંય બધા સેન્ડો કે રામમૂર્તિ ન જ થઈ શકે. રાતદિવસ વાંચ્યા કરે તોય બધા અરવિન્દ કે રાધાકૃષ્ણન્ ન જ થઈ શકે. શરીર અને બુદ્ધિ બન્ને વંશાનુગત અર્થાત્ વારસા ઉપર જ નિર્ભર છે. પુરુષના શરીરની અભિવૃદ્ધિ માતપિતાના શરીરો અનુસાર જ થાય છે. ઊંચાં માતપિતાનાં સંતાનો ઊંચાં જ હોય છે, ઠીંગણાં માતપિતાનાં સંતાનો બહુધા ઠીંગણાં જ હોય છે. ઊંચાઈ વધારવા યા ઠીંગણાપણું નિવારવા માટે લગ્ન વખતે વરપક્ષ અને કન્યાપક્ષનાં માતપિતા અને તેના કુટુંબપરિવારનો અભ્યાસ કરી યોગ્ય ઊંચાઈ જોવાની જરૂર છે. પિતાની ઊંચાઈ અને માતાના ઠીંગણાપણાથી જે સંતાનો થાય છે તેમાં થોડાંક ઊંચાં અને બીજાં ઠીંગણાં થાય છે. મેંડલ નામના વિદ્વાનના પ્રયોગો આ બાબતમાં વિચારવા યોગ્ય છે. એ ચર્ચવાનું આ સ્થાન નથી.

પરંતુ વારસાના થાંભલા ઉપર જ બધા હાથેા લુછવાની જરૂર

નથી. વારસા પછી ખોરાક અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. સારો ખોરાક ખાવાથી ઊંચાઈ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. જાપાનની પ્રજાનો આહાર સુધાર્યાથી તેની એકંદર ઊંચાઈ પહેલાં કરતાં ઠીકઠીક વધવા પામી છે. બચપણમાંથી જ બાળકોને સારો પુષ્ટિકારક ખોરાક મળે, સગર્ભાવસ્થામાં માતાઓને સારો ખોરાક મળે તો બાળકોની ઊંચાઈ જરૂર વધે. ઊંચાઈ વધારવા માટે ખાસ આહાર તો નથી જ, અલબત્ત, યુક્ત આહાર (Balanced diet) શરીરનો સર્વાંગી વિકાસ સાધે જ એમાં સંદેહ નથી જ. ઘણીયે વખત મને 'ઊંચાઈ વધારવા કયો ખોરાક ખાવો જોઈએ?' એ પ્રશ્ન પૂછવામાં આવ્યો છે. પરંતુ જેમ બુદ્ધિ વધારવા માટે કોઈ ખાસ Brain food નથી તેમ ઊંચાઈ વધારવા માટે પણ કોઈ ખાસ ખોરાક નથી. કેલ્શિયમ, ફૉસ્ફરસ, લોહ અને બીજા ક્ષારો યોગ્ય પ્રમાણમાં જે ખોરાકમાં આવતા હોય તેવો ખોરાક–યુક્ત આહાર–ઊંચાઈ જરૂર વધારવામાં સહાય કરે.

અમુક પ્રકારની કસરતો ઊંચાઈ વધારવામાં જરૂર સહાય કરે છે. સિંગલ બાર, પેરેલલ બાર્સ, આસનો (તાડાસન, ઇત્યાદિ) વગેરે પદ્ધતિસર કરવાથી તેમ જ યોગ્ય આહાર લેવાથી ઊંચાઈમાં જરૂર ફેર પડે છે. ઊંચાઈ વધારવા માટે કસરતો ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. ગૂજરાતના યુવાનો કાયસંપત વધારવા ઇચ્છતા હોય તો રૂપ, લાવણ્ય, બલ અને વજ્રસંહનનત્વની ઉપાસના કરે.



૧૮ : વ્યાયામ અને આરોગ્ય

ભાઈઓ અને બહેનો !

તમો સૌને મળતા આજે મને અપૂર્વ આનંદ થાય છે ટૂંક-સમયમા ઘણું શીખવા માટે, તમો સૌ ઉનાળાના આવા પ્રખર તાપમા આ વ્યાયામવર્ગમા ભેગા થઇ તપશ્ચર્યા કરી રહ્યા છો એ જોઈ હું આનદ અનુભવુ છુ. દેશની પરિસ્થિતિ એવી છે કે આપણને શિયાળો કે ઉનાળો જોવાનું પરવડે એમ નથી ટૂંક વખતમાં ઘણું ભેગું કરી લઈ સાગ વર્ષ માટે ભાથું બાધી જવા તમો અહીં આવ્યા છો. તમો અહીંથી વ્યાયામના સંસ્કારબીજ લઈ જજો જ્યા જ્યા તમો વસતા હો ત્યા ત્યા એને વાવજો, ધૈર્ય અને સ્નેહથી સિંચજો, મોટા વૃક્ષો બનાવજો. તમારામાંથી પ્રત્યેક વ્યક્તિ વ્યાયામ-સસ્કાર-વાહક બનો એવી મારી અભિલાષા તમારી સમક્ષ, હુ તમારામાનો જ એક હોવાથી, વ્યક્ત કરું છું.

તમો અહીં દંડ, બેઠક, મલખંભ, લાઠી, લકડી, કેલેસ્થેનિક્સ વગેરે શીખો છો. આ બધાથી તમારો દેહ દૃઢ થાય છે. આ વ્યાયામના પ્રતાપે તમારામાં ખડતલપણું આવે છે, તમારામાં આત્મ-વિશ્વાસ પ્રગટે છે, તમારા શરીર બેડોળ મટી સુડોળ થાય છે, વેગીલા અને ઘડિયાળની કમાન જેવા ચપળ બને છે. વ્યાયામથી જો આટલું સાધ્ય ન થાય તો તે વ્યાયામ દૂષિત છે.

પરંતુ આજે હું તમને દંડબેઠક કે કુસ્તી ઉપર કઈ કહેવા નથી માગતો હું તો તમને આરોગ્ય અને બળ ઉપર કંઇ કહેવા ઇચ્છું છુ. આરોગ્ય એ દુરારાધ્ય દેવતા છે આરોગ્યની દેવી સાધારણ તપશ્ચર્યાથી રીઝતી નથી. તમારે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવું હોય તો તપશ્ચર્યા કરવી પડશે અને આવી તપશ્ચર્યાનું આવા વ્યાયામવર્ગો એક અંગ માત્ર છે. બળ અને આરોગ્ય બન્ને ભિન્ન વસ્તુઓ છે.

બળવાન માણસ-મલ્લ-આરોગ્યનો નમૂનો ન પણ હોય. આ બન્નેનો સમન્વય સધાય તો જીવન રસમય બને.

તગડા થવું એ વ્યાયામનો આદર્શ નથી. અલબત્ત તગડા થવામાં નાનમ છે જ નહિ. આપણે તગડા તો થવું જ છે પરંતુ મારા કહેવાનો ભાવ એ છે કે શરીર લદ્દપદ્દ બનાવવું એ, આપણો આદર્શ નથી આપણો આદર્શ તો વ્યાયામથી ઘડાયેલાં સુઘટ માંસલ શરીરો—કમાન જેવાં હલકાં અને ચપળ શરીરો—છે અને આ શરીરો એવા ખડતલ હોવાં જોઈએ કે આપણે વખત આવે, વીસ કલાક પલાંઠી વાળીને લખ્યા કરીએ કે વાંચ્યા કરીએ કે ચાલ્યા કરીએ. ટૂંકમાં કહું તો, શાસ્ત્ર અને શસ્ત્ર-બન્નેમાં આપણો પ્રવેશ, આજના તબક્કે આવશ્યક છે.

રાષ્ટ્રનો વિચાર આપણે કરવાનો છે. ગુજરાત, વ્યાયામ પ્રચાર મંડળનો હેતુ રાષ્ટ્રનો છે. રાષ્ટ્ર એટલે શું? राजते इति राष्ट्रम् અર્થાત્ તેજસ્વિતા એ જ રાષ્ટ્ર છે. આપણામાં તેજસ્વિતા પ્રગટે, આપણી આંખોનો સીનો ફરી જાય આપણને જોઈને જ ગુંડાઓના સાંધા ગગડી જાય, ગુંડાઓ ગુંડાગીરી કરતાં કંપી ઊઠે—આ જો આપણે ન સાધી શકીએ તો પછી આ પરિશ્રમનો કંઈ અર્થ છે ખરો? આજ ચોતરફ ગુંડાગીરી વ્યાપી રહી છે. ગામઠેગામડે બહાદુરો હાહાકાર વર્તાવી રહ્યા છે. અન્યાય અને પ્રપંચ જોતાં જો આપણી આંખ લાલ ન થાય અને આપણા હાથમાં ચળ ન આવે, આપણો ઘાંટો ગંભીર ન થાય તો પછી તગડાં શરીર શા કામનાં? આપણાં શરીર રાષ્ટ્રઘડતરમાં મદદરૂપ થાય એ જ આપણી તો ભાવના છે.

ચોતરફ ભયનું સામ્રાજ્ય પ્રવર્તી રહ્યું છે. એક દાદો સારાયે ગામને ધ્રુજાવી રહ્યો છે. ખૂન થાય છે છતાંય તે દાદા સામે થવાની, સાક્ષી પૂરવાની કોઈમાં હામ નથી. આ કાયરતા અંગેરી નાખ્યા

સિવાય છૂટકો નથી આવા વ્યાયામવર્ગોમા આવનાર સૌને હું નીડર અને બળવાન થવા અનુરોધ કરુ છુ તમો જ્યા જાઓ ત્યા અભય પ્રવર્તાવો

ગીતાના ૧૬મા અધ્યાયમા ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ દૈવી અને આસુરી સપત્તિના લક્ષણો ગણાવે છે દૈવી સંપત્તિનુ પ્રથમ સોપાન શ્રીકૃષ્ણે "**अभय**" ગણાવ્યુ છે ગીતા ઉઘાડીને **જોજો.** જેનામા અભયત્વ નથી તે ધર્મનુ આચરણ શુ કરી શકે? સ્વામી વિવેકાનદને એક પ્રસગે કોઈએ પ્રશ્ન પૂછયો, "તમારા ધર્મનો સાર શો?" એ પ્રતાપી મહાપુરુષે ઉત્તર આપેલો "The essence of my religion is strength —મારા ધર્મનો સાર બળની ઉપાસના છે" ઉપનિષદો કહે છે કે **बलमुपास्व।** વિવેકાનદ તો કહેતા કે મને ફક્ત હિંદમાથી એવા ડઝન યુવાનો આપો જેમની માસપેશીઓ લોખડની હોય અને મગજ પોલાદનુ હોય મને આવા બાર યુવાનો આપો અને હુ દેશની સિકલ ફેરવી નાખીશ આપણી માસપેશીઓ લોખડની હોવી જોઈએ અને મગજમા જ્ઞાનતતુઓ પોલાદ જેવા કઠન હોવા જોઈએ જે વિશ્વમા આજે આપણે મુકાયેલા છીએ તે વિશ્વમા શરીર અને મગજ બન્નેનો સપૂર્ણ વિકાસ સાધ્યા સિવાય આપણો જયવારો નથી

પરતુ અભયત્વ એ કેવળ શરીરથી જ નહિ પમાય—એ તો આત્માનો ગુણ છે જીવન એ સરળ લીટી નથી પરતુ અટપટો રસ્તો છે શરીર, ઇન્દ્રિય, મન અને આત્મા—આ ચારનો સયોગ એનુ નામ જીવન ઇન્દ્રિયોનો સ્વામી મન છે મન અને આત્મા વિના એકલા શરીરનો વિચાર જ કેમ થઈ શકે? એટલે એકના શરીરનો નહિ પણ મગજ અને આત્માનો વિકાસ પણ સાધવો જ પડશે શરીર અને મન, બળ અને આરોગ્ય શાસ્ત્ર અને શસ્ત્ર ઉભયમા પ્રાવિણ્ય, અભયત્વ અને તેજસ્વિતા આ આપણો આદર્શ છે

અત્યારે ચારે દિશામાંથી અનેક જાતના સારામાઠા પ્રવાહો આપણા દેશમાં આવી રહ્યા છે. અનેક જાતના વાદોના અવાજો આપણા કાન ઉપર અથડાઈ રહ્યા છે, બધું ખળભળી ઊઠ્યું છે. 'નવી નીતિ' પણ વિચારવી પડશે આ બધાં ધમસાણોમાંથી જો મર્દને છાજે એવી રીતે પસાર થવું હશે તો વિવેકશક્તિ ખીલવવી પડશે. બુદ્ધિના વિકાસ વગર સારાનરસાનો ભેદ-વિવેક-નહિ પારખી શકાય. આર્યોએ તો બુદ્ધિ ઉપર ખૂબ જ ભાર મૂક્યો છે. આપણો ગાયત્રી મંત્ર જ લો-**धियो यो नः प्रचोदयात्**। હે પરમાત્મા! તું અમારી બુદ્ધિને પ્રેર. બીજા એક ઋષિ પ્રાર્થે છે કે **स नो शुभया बुद्धया संयुनक्तु**। હે પરમાત્મા! તું અમને શુભ બુદ્ધિથી યુક્ત કર. બુદ્ધિનું સ્થાન જીવનમાં અનોખું છે. બુદ્ધિ સિવાય વિવેકશક્તિ સંભવે જ નહિ. સત્સંગ, સારાં પુસ્તકોના પરિચય,-આપ્તોપદેશમાં વિશ્વાસ,—આ બધાં બુદ્ધિવિકાસનાં પોષક છે. ખૂબ વાંચો, ખૂબ વિચારો, સારું વિશ્વ નિકટ આવતું જાય છે. આવે વખતે દેશપરદેશની સંસ્કૃતિઓનો અભ્યાસ, તેમના સાહિત્ય અને સંસ્કારોનો પરિચય, તે બધા ઉપર નિદિધ્યાસન કરો. આમાથી આપણી સંસ્કૃતિને ઓપ આપવો પડશે.

આપણી સંસ્કૃતિ શી? ભારતીય સંસ્કૃતિનો પ્રાણ Realization of Soul **आत्मानं विद्धि**। છે. આ મધ્ય બિંદુમાંથી જ બધી ત્રિજ્યાઓ નીકળેલી છે. સકલશાસ્ત્રપઠનનું પ્રયોજન આ. આપણી સંસ્કૃતિથી શરમાવાનું લગારેય કારણ નથી. ઊલટું, હું તો માનું છું કે ભારતીય સંસ્કૃતિ માટે પ્રત્યેક હિંદુએ ગર્વ લેવો જોઈએ. સંસ્કૃતિના સર્જન માટે આપણા અનેક જાતના પ્રયાસો છે. આવા વ્યાયામવર્ગો એ આવા પ્રયાસોમાનો એક અલ્પ પ્રયાસ છે.

ગુજરાત વ્યાયામ પ્રચાર મંડળના આ પ્રયાસ કેવળ તગડાઓ ઘડવા માટે નથી, પરંતુ શરીર, મન, બુદ્ધિ, આત્મા—આ બધાનો

વિકાસ સાધી, ઉચ્ચ જીવનની અભીપ્સા સિદ્ધ કરવાનો છે. વિદ્યાર્થીઓ પાસે દૃષ્ટિ હોવી જોઈએ.

આપણા અખાડાઓના વિદ્યાર્થીઓના મુખમાં '**शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्।**' એ વાક્ય રમી રહેલું હોય છે. હું તમોને આ વાક્યનો પૂર્વાપર સંબંધ કહું તો અસ્થાને નહિ લેખાય. મહાકવિ કાલિદાસના કુમારસંભવ નામના કાવ્યમાં આ વાક્ય શિવજીના મુખમાં કવિએ મૂકેલું છે. પરંતુ આ સૂત્ર એ આત્યંતિક સત્ય નથી. ગૌરીની કસોટી કરતી વખતે ઉચ્ચારાયેલું આ વાક્ય છે. ગૌરી પોતાના અપ્રતિમ લાવણ્ય માટે મગરૂર હતી. તે વખતે શિવનું સ્થાન પણ સમાજમાં ઉચ્ચ ગણાતું હતું. પાર્વતીને લાગ્યું હતું કે આવા અપ્રતિમ લાવણ્યથી શિવને વશ કરવામાં શી વાર છે? પરંતુ ગૌરી એમની એ ધારણામાં છેતરાયાં. છેવટે ગૌરીએ કામની સહાય લીધી. કથા સુપરિચિત છે. શિવે કામદેવને બાળીને ભસ્મ કર્યો. પાર્વતીએ પોતાના રૂપને નિંદ્યું. મહાકવિ કહે છે કેઃ—

निनिन्द रूपं हृदयेन पार्वती
प्रियेषु सौभाग्यफला हि चारुता।
इयेष सा कर्तुमवन्ध्यरूपता
समाधिमास्थाय तपोभिरात्मनः॥

પાર્વતીએ પોતાનું રૂપ નિંદ્યું—સૌભાગ્ય ફળ પ્રાપ્ત ન કરાવે એ ચારુતા એમણે વ્યર્થ માની: આથી એમણે તપ આદરી, સમાધિસ્થ થવાનું ધાર્યું. ભીષણ તપનો પ્રારંભ થયો. શિવજીને આ વાતની જાણ થઈ. જે શિવ પહેલાં લાવણ્યનિધિ ગૌરીની સામું પણ ભાળતા નહિ તે શિવ પોતે ત્યાં જાય છે, કસોટી કરે છે 'અરે ગૌરી! ક્યાં તારું આ સુકોમળ શરીર અને ક્યાં આ ભીષણ તપ! ધર્મનું પ્રથમ સાધન તો શરીર છે. શરીરને સૂકવી નાખી તું શું સિદ્ધ કરવા માગે છે?' છતાં ગૌરી ડગતી નથી. શિવ પોતે પોતાની

જાતને પ્રકટ કરે છે અને ગૌરીના હાથની માંગણી કરે છે. અને આવાં આત્માનાં લગ્નોનો પરિપાક સંહસ્ત્રવીર્ય હોય. મહાકવિની આર્ષ દૃષ્ટિ ઉત્તમ લગ્નોનો પરિપાક કેવો હોય તે બતાવવાની છે. પશ્ચિમનો કવિ હોત તો ગૌરી—શિવનો હસ્તમેલાપ કરાવીને જ પડદો પાડી દેત. પરંતુ કાલિદાસ ભારતનો મહાકવિ છે. એ આપણને શિવપાર્વતીની કેલિકલાઓ બતાવે છે—તેમનો શયનખંડ પણ બતાવે છે. ઘણા માને છે કે સંસ્કૃત સાહિત્યમાં શ્રૃંગાર બહુ છે. શ્રૃંગારને ધિક્કારવાની શી જરૂર છે? શૃંગાર એ એક અનોખું શાસ્ત્ર છે. જે ભોગ પિછાનતો નથી તે યોગનું શું જાણશે? ભોગથી દૂર ભાગવામાં નહિ પરંતુ ભોગમાંના વિકૃત સ્વરૂપને નિર્મળ અને ઊર્ધ્વ (Sublime) બનાવવામાં આર્યોએ ગૌરવ માન્યું છે. **त्यागेन भुंजीथाः** (Enjoy through Renunciation) આ આપણો આદર્શ છે. ખાઓ, પીઓ, લગ્ન કરો, ભોગ ભોગવો પરંતુ આસક્તિ ન રાખો, નિર્લેપ રહેવા મથો—આ આવશ્યક છે. ભોગ એ રોગનું મૂળ નથી પરંતુ આસક્તિ એ રોગોનું કારણ છે.

મેં તમારો ઘણો સમય લીધો છેઃ ગુજરાતને અને હિંદને ન ભૂલશો—શરીર કેળવો અને કસો, એવાં શરીરો બનાવો કે તમારો સીનો જોતાં જ દુષ્ટો થથરી જાય. ગુજરાતે કાયરતા ખંખેરી નાખવી જોઈએ. આ તપશ્ચર્યાનો યુગ છે. શરીર ઘડો, મનને કેળવો —અવિશ્રાન્ત પરિશ્રમ કરો. આપણા પતિત સમાજને ઉઠાડવો હોય તો પ્રથમ આપણે આપણી જાતને ઉઠાડવી પડશે. તમો પોતે માયકાંગલા અને નિસ્તેજ હશો તો તમો બીજાને શું ઉઠાડવાના છો? લોખંડી સ્નાયુઓ અને પોલાદનાં મગજો વિના હિંદના યુવાનોને નહિ પાલવે. જે દારુણ સમયમાં આપણે મુકાયેલા છીએ અને હજુયે આથીયે દારુણ સમય આવી રહ્યો છે તે સમયમાંથી આપણે આપણી જીવનનૌકા સ્થિર ચિત્તે હંકારવી છે. તોફાન વચ્ચે શાંતિ જોઈશે. ચોતરફનાં વંટોળનો ફૂફાડાટ આપણી શાંતિમાં અસર રહે-

પુરા જ્યારે અરણ્યોમાં આદિમાનવ ઘૂમતો
ફળો તોડી તરુડાળે ચઢી ઉદર પૂરતો.
ઝડપે લોહપંજાથી ચૂર્ણતો વજ્રદંષ્ટ્રથી
કોઈ કિન્તુ ફળો લાધ્યાં અનાયાસે ન તૂટિયાં.
બુભુક્ષા જ્યારે પીડે સૂઝી આવ્યું જ એટલે
માર્ગમાં અટવાતો કો પથરો લઈ ભાંગીને
ફળો ખાધાં, અને ન્યારા આનંદે ઉર નાચિયું.
એ આનંદે સૂઝી વાતો નવી નવી ક્રમે ક્રમે,
સંરક્ષણ પરાયાથી કરવા આત્મનું, કરે
ઝાલ્યો કો કાષ્ટગોળો બન્યો બદકમદાર શો !
હાથને વીંઝતો રક્ષા કરે આત્માની, વા પથે
પથ્થરો જે પડ્યા વીણી ફંગોળે મસ્ત થૈ ફરે.
મળ્યું આ કરનું ન્યારું ક્રીડનક પ્રમુગ્ધને
ખેલી એથી યથાકાલે પામ્યો વૈદગ્ધ્ય દોહ્યલું.
અને કીધો કરવંતો પશુને—કીધ માનવી—
કરે કીધો બુદ્ધિવન્તો, બુદ્ધિએ સંસ્કૃતિવતો,
સંસ્કૃતિએ કીધો દેવ, ચતુષ્પદ હતો જ જે
પ્રગતિ આગ્રમૂલી આ હસ્તમૂલા× બુધો લહે.

સુશ્રુતે આથી હજારો યંત્રમાં હાથને સૌથી શ્રેષ્ઠ યંત્ર કહ્યું છે. '**यन्त्रेषु हस्तं प्रधानम्।**' ભાતભાતનાં યંત્રો માનવે આજે બનાવ્યાં છે પરન્તુ એ ચલાવનાર હાથમાં કોઈ અદ્ભુત વિલક્ષણતા લાગે છે. હાથ સર્જાયા અને સંસ્કૃતિનું પ્રભાત થયું. વાલ્મીકિએ રામાયણ, વ્યાસે મહાભારત, ઋષિમુનિઓએ ઉપનિષદો, શેકસપિયરે હેમ્લેટ, કાલિદાસે શાકુન્તલ, ભવભૂતિએ ઉત્તરામચરિત, વગેરે આ હાથ વડે સર્જ્યાં. ઈશ્વરે મનુષ્ય ઘડીને પોતાની દિવ્યતાને ભૂમિ ઉપર નીચે ઉતારેલી છે. હાથનો આ મહિમા સહસ્ર જિહ્વાઓથી ગાયો ગવાય એવો નથી.

મેન ધી અનનોન'–(अज्ञात मानव)–પુસ્તકનું નામ ઘણાંએ સાંભળ્યું હશે. આ પુસ્તકના લેખક અમેરિકાના શ્રેષ્ઠ સરજન છે. એમનું નામ ડૉ. એલેકિસસ કેરેલ છે. વૈદકીય ક્ષેત્રમાં અવનવા અખતરાઓ માટે લેખકને નોબેલ પારિતોષક મળ્યું છે. આ રસભરપૂર ગ્રન્થ વાંચતાં આપણને અપૂર્વ આનન્દ આવે છે. જ્યારે આમાંથી 'હાથ'નું કાવ્યમય વર્ણન વાચ્યું ત્યારે પણ મને અવર્ણનીય આનંદ થયો. વાંચકોને મારા રસમાં ભાગીદાર બનાવું છું. આ રહ્યા એ મહાન લેખકના શબ્દો :

"હાથ એ તો અદ્ભુત–અપૂર્વ કારીગરીનો નમુનો છે. એક જ સાથે એ સંવેદનાઓ–ઊર્મિઓ અનુભવી શકે છે તેમ સ્થૂલ કાર્યો પણ કરી જાણે છે. હાથને જાણે આંખો હોય અને તે બધું જોઈ શકતો હોય એમ તે અપૂર્વ ઝીણવટથી કામ કરી જાણે છે. એની ઉપર જે ચામડી છે તેની અદ્ભુતતા પણ તેટલી જ અપૂર્વ છે. એની સ્પર્શગ્રાહિતા, એની માંસપેશીઓ, એનાં અસ્થિઓ,— આ બધાને લઈને હાથ ઓજારો અને શસ્ત્રો બન્ને બનાવી શકે છે. આપણે આજે પ્રકૃતિ ઉપર જે વિજય પ્રાપ્ત કર્યો છે—જે પ્રભુત્વ પ્રાપ્ત કર્યું છે તેમાં હાથની નાની ત્રણત્રણ વેઢાવાળી ટચૂકડી આગળીઓનો હિસ્સો જ અપૂર્વ છે. આ આંગળીઓ ન હોત તો આજનું આપણું પ્રકૃતિ ઉપરનું પ્રભુત્વ જ ન હોત. કાંડાનાં હાડકાં ઉપર હાથ અને આંગળીઓને કેટલા કૌશલ્યથી ગોઠવેલાં છે! તે કર્કશમાં કર્કશ કામોથી મૃદુમાં મૃદુ કાર્યો હાથ કરી શકે છે. આદિ શિકારી માનવની છરીનો તેણે ઉપયોગ કર્યો છે, લુહારના ઘણ એણે ટીપેલા છે, કઠિયારાની કુહાડી એણે વાપરી છે, ખેડૂતનું હળ તેણે ફેરવ્યું છે, મધ્યયુગીન સરદારની તેજીલી તલવાર એણે ફેરવી છે—વીંઝેલી છે. આધુનિક વિમાનને વશમાં રાખવાનું કાર્ય પણ તે જ કરે છે. કલાકારની પીંછીમાંથી જેમ હાથ અપૂર્વ

કલાકૌશલ્ય દર્શાવે છે તેમ પત્રકારની કલમમાંથી તણખા પણ ઝરાવી શકે છે. રેશમના સૂક્ષ્મ દોરાઓના તાણા-વાણા વડે આકર્ષક રેશમી શસ્ત્રનો પટવિસ્તાર પણ એ જ કરે છે. હાથ કાપી અને મારી પણ શકે છે તેમ આશીર્વાદો પણ આપી શકે છે, ચોરી કરી જાણે છે તેમ દિલાવરી દાન પણ કરી જાણે છે, ખેતરોમાં અન્ન વાવવાનું કાર્ય કરે છે તેમ બોમ્બની વર્ષા પણ એ જ કરે છે.. ."*

ટોલ્સ્ટોયએ એક પ્રસંગે હાથ અને ચારિત્રનો સંબંધ દર્શાવેલો છે. જે હાથો કામ કરી કરીને અમુક કર્કશતાથી યુક્ત થયેલા હોય છે તેના ચારિત્ર જોવાં અને જે હાથોનો શુદ્ધ ઉપયોગ નથી થતો તેવાનાં ચારિત્રો જોવા તેમણે સૌને પડકાર કરેલો છે. વર્તમાન સુધારો હાથનું ગૌરવ ખંડિત કરી રહ્યો છે એ સંત પુરુષે વ્યક્ત કરેલું છે. બહુ નાજુકાઈ ચારિત્રની ધારને બુઠ્ઠી બનાવનારી છે, એમ તેમણે કહેલું છે.

આજના સુધારાનો મોટામાં મોટો દોષ એ છે કે તેણે કારીગરોના હાથમાં જે આત્મા હતો તેનો જ સમૂળગો સંહાર કરી નાખ્યો છે. પોતાના કામમાંથી મળતો અપૂર્વ આનંદ જ્યારે માણસ, માણી શકશે ત્યારે તે દીન જગત માટે આશાસ્પદ હશે. ગંજાવર કારખાનાંથી હાથનું કૌશલ્ય ટળ્યું છે, કારીગરનો આત્મા હણાયો છે, કામના સર્જન-માંથી નિષ્પન્ન થતા અપાર્થિવ આનંદનો તેણે નાશ કર્યો છે; આજે કામ નથી, વૈતરું છે—કામના કંટાળામાંથી ઉત્પન્ન થતા અનેક માનસિક રોગોથી જનતા પીડાઈ રહી છે. કામનો આનંદ અપૂર્વ છે. હું એક દવા ઘર આગળ બનાવતો હોઉં ત્યારનું મારું સમગ્ર માનસ એમાં મેં પરોવેલું હોય છે. એ દવાની શ્રેષ્ઠતાના આનંદમાં હું મસ્ત બન્યો હોઉં છું. એને નોકર ભલે ખરલમાં ઘૂંટતો હશે,

* મૂળમાં 'અન્નમૂલા છે. કારણ કે કવિને અન્નની શ્રેષ્ઠતા ગણી છે. ખરી રીતે તો સંસ્કૃતિની શરૂઆત હાથથી જ થઈ કહેવાય.

પ્રત્યેક ભાવના શાસ્ત્રમાં
પરન્તુ મારી આંખો ...માં ફરતી રહે છે આ પ્રત્યેક ક્રિયાની પાછળનો
લખ્યા પ્રમાણે, તેને આપવામાં આવે છે પરન્તુ કલાકાર જેમ પોતાનુ.
માર્મિક ભાવ લિપિબદ્ધ તો શે થાય જાય છે તેમ વૈદ્યને પણ થવું પડે
સર્જન કરવા ધ્યાનનિષ્ઠ થઈ એનાં રૂપ, રંગ, સુવાસમપણું—બધાં
છે અને એ દવા બન્યા એને ખાત્રી હોય છે કે આ દવા અવશ્ય કાર્ય
પાછળ તે ગાંડો બને ચરકસુશ્રુતના વખતમાં ભારે—ઘણી કડાકૂટ અને
કરશે જ. પ્રથમ ઓ વડે બનાવવામાં આવેલ ગોગો જ્યારે તૈયાર થતા
અનેક ઔષધિ ગૌરવ વધારતા દવાને હાથીની અંબાડી ઉપર પધરાવી,
ત્યારે તેનું ઠાઠમાઠ અને વાજિંત્રો સાથે રાજમાર્ગ ઉપર ફેરવવામા
અપૂર્વ આવતી. એ વર્ણન આજે કદાચ ઘણાને મશ્કરીનો અવકાશ આપ-
નાર પણ બને. પરન્તુ કારીગરની કારીગરીનો જેને અનુભવ છે,
હાથની હથોટીનો જેને પરચો મળેલો છે, તે જ એનું રહસ્ય સમજી
શકશે. આજની તાકાત જેવી મોટી ફાર્મસીઓએ, દવાના આ ગૃહ-
ઉદ્યોગને મરણશરણ બનાવ્યો છે. મને એનું દુઃખ નથી પરન્તુ
એની સાથે કારીગરના આત્માનું જે કચ્ચરિયું કાઢી નાંખ્યું છે તેનો
શોક તો પારાવાર છે.

આજની આપણી બધી શોધો, માનવચિત્તને લક્ષ્યમાં રાખ્યા
સિવાય જ સાયન્ટીસ્ટની ધૂનમાંથી કો અપુર્વ ક્ષણે જન્મેલી હોય
છે. એની પાછળ ભૂતદયાનો પરમ ભાવ નથી કે લોકકલ્યાણની
ભાવના નથી. જે યંત્રનું એ એક અંગ બન્યો હતો તે યંત્રની એ
પેદાશ છે. આમાથી ગંજાવર નફો મેળવવાનું શક્ય બને છે. ...નું
સહાયથી હજારો મુખો એનાં વખાણો કરતાં થઈ જાય છે. ભોળી ...માં
બીચારી એ સાંભળી લોભાય છે, ફસાય છે અને આમ અનર્થ ચા-
ચાલુ જ છે. જે યુગ હાથના ગૌરવને ભૂલશે તે યુગ ઘણું ગુમાવશે. ...ંદર

અન્ન જમવું, જમ્યા પછી રાજવત કલાકેક શાંતિથી બેસવું તામ્બૂલ ભક્ષણ કરવું, ધર્મથી અવિરુદ્ધ એવો વૃત્તિકર ધંધો કરવો ધર્માચરણ કરવું, મન અને શરીરના વેગોને રોકવા, શરીર એ આત્મ ભોગાયતન છે એટલે શરીરને પવિત્ર રાખવું આ બધું આયુર્વેદ તો છે જ–હોય જ–પરંતુ આપણાં ધર્મશાસ્ત્રોમા પણ અહીંતહીં છૂટથી વેરાયેલું છે. આથી હિંદની પ્રજા આટઆટલા ભીષણ ઘ સાણો અને અદીઠ એવી બર્બરતા વચ્ચે પણ જીવની રહી. બીજી પ્ર આટલી યાતનાઓ વચ્ચે કદાચ ખલાસ થઈ જાત. આ બધાને લઈ હિંદની દુઃખ સહન કરવાની શકિત (pain threshold) વ વધી અને જે પ્રમાણમાં પ્રજાની આ દુઃખ સહન કરવાની શકિત તે પ્રમાણમાં તે પ્રજા મહાન થઈ શકે છે એમ વિચારકો કહે આજની માફક સુંવાળાપણામા આપણે રાચતા નહિં શરીર ર મનને એક અખંડિત એકમ માનીને યમ, નિયમોનું નિષ્ઠાપૂ પાલન આપણે કરતા, આહાર, વિહાર અને આચારની પવિત્ર જાળવવા ખૂબ જાગ્રત રહેતા. આ બધા વિચારોના વાહન માટે કરતાં પદ્ય પસંદ કર્યું અને કાવ્યમાં આ વાતોને ગૂંથીને લોકે હૃદયમાં ઉતારી સંસ્કારો પ્રજા પાસે મૂકયા અને ગર્ભમાંથી જ સંસ્કારો પાડવા ખૂબ ચીવટ દાખવી. મનુ, યાજ્ઞવલ્કય અને પર રની સ્મૃતિઓએ, રામાયણ અને મહાભારતે, કાવ્ય નાટકોએ– સ્વાસ્થ્ય સંસ્કૃતિનો પ્રચાર કર્યો, અરે બચપણથી જ બાળકને અ સંસ્કાર પાડયા. માતાપિતાના જીવનનું પ્રતિબિંબ બાળક ર લાઈથી ઝીલી લે છે. એટલે બચપણમાંથી જ સ્વાસ્થ્ય–સંરક્ષણ જ્ઞાન તેને મળતું–પ્રચારના બાહ્ય સાધનો વગર બ્રાહ્મણ સંસ્કૃતિ જે પ્રચાર હિંદમાં કર્યો છે તે અદ્‌ભુત છે.

આજે આપણી પાસે જ્ઞાનપ્રાપ્તિનાં ઘણાં સાધનો છે. આ રોજ રેડિયોમાં વિવિધ વર્તમાન સાંભળીએ છીએ, રોજ વિદ્વાને

ાાપણીમા જઈ એ છીએ, રોજ મેજિકલેટર્નસંદ્વારા આરોગ્ય સંબંધી ાન પીરસવામા આવે છે, હજારો સામયિકો, સામિકો વગેરે મોટી ાખ્યામા બહાર પડે છે, આ સાભળી કે વાચીને પાછી પ્રજા પુર્વવત્ ચાલે છે.

પશ્ચિમ ઓસ્ટ્રેલિયાના એક વખતના હેલ્થ કમિશ્નર ડૉ. એટકિન્સનના વિચારો આ સબધી જાણવા જેવા છે. એ વિદ્વાન કહે છે કે આપણે આજે જ્ઞાનનો પ્રચાર કરવામા ભલે પ્રગતિ સાધી હશે, પરતુ એ જ્ઞાનનું આચરણ વ્યક્તિમાત્રના જીવનમા ઊતરે એવું આપણે કરી શક્યા નથી ? પ્રજા વાચે છે અને જલદી તે વીસરી જાય છે. પુસ્તકો ઝડપથી વચાય છે અને બાજુ ઉપર મુકી દેવાય છે.

If we have succeeded in imparting the knowledge *we have not sncceeded in persuading the great majority* of individuals to apply it If facts are pushed before them, they wake up temporarily and take notice, but tend to forget readily and fall back into ignorance Our literature pushed under the noses is casually read and thrown away Our lectures are attended by the *few* and for the most part by those already so instructed in the subject as not to need them. Our lantern slides are viewed out of curiosity, and if amusing are appreciated for laugh*ter they invoke rather than for the message they convey.* And so much of our time is wasted It does not arouse permanent interest nor retention We have approached the question in a wrong way, in that we endeavour to teach it as we would a science academically, instead of trying to develop it as a sense—the public health sense if you like—a sense of right and healthful communal and individual living ”

સિનેમા જોવાય છે અને ઘડીભર ગમ્મત લાગે છે એટલે આપણે હસીએ છીએ તો પછી આનો ઉપાય શો? એ પ્રશ્ન સ્વાભાવિક રીતે જ ઉદ્‌ભવે આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ છે કે આપણે આ પ્રશ્નને ખોટી રીતે જોઈએ છીએ, વિજ્ઞાન શીખવતા હોય એ રીતે આપણે જ્ઞાનને રજૂ કર્યું છે પરંતુ કલ્પના, નવી દૃષ્ટિ, ભાવના આપણે જાગ્રત કરી શકયા નથી સામાજિક આરોગ્યની ભાવના જમાવી શકયા નથી.

આ માટે સામાજિક આચરણ જરૂરી છે આ સામાજિક આચરણ માટે આપણે સંસ્કાર શબ્દ વાપર્યો છે સંસ્કારોનું વહન કરે એનું નામ જ સંસ્કૃતિ (culture) 'यः क्रियावान्स पण्डितः' જાણીને જે જીવનમા ઉતારે તે જ સાચો પંડિત. સાધુ, સન્યાસી અને શિક્ષકોએ પેડે પાટા બાધીને આ સંસ્કારોને પ્રજા પાસે પહોચાડયા છે. એમના જીવનમા એ જ્ઞાન મૂર્તિમંત બની રહેતુ હતુ

આજે આપણે બધા 'પબ્લિક હેલ્થ', 'પ્રિવેન્ટિવ મેડિસિન', (પોઝિટિવ હેલ્થ) સ્થાપના માટે લોકનાયકોથી લઇ સૌએ ક્રિયાવાન થવાની જરૂર છે. આજે આપણા દાત જુઓ ઘણાના દાત ભર-જુવાનીમા પડાવી નાખેના જોવામા આવે છે, દાતના રોગો થાય છે, ઘણાના મો વાસ મારતા હોય છે દાતના ડોકટરો પાસે જઈ દાત કઢાવીને ચોકઠા લેવામા આવે છે, પરન્તુ દાતની સંભાળ માટે જે કરવા જેવુ છે તે કયાય જોવામા નથી આવતુ. આયુર્વેદ કહે છે કે જેમ એક જાતનો ખોરાક રોજ રોજ ન હોય તેમ દાતણો પણ એક જ પ્રકારના નહિ, પરન્તુ ભિન્નભિન્ન રસવાળા હોવા જાઈએ. તૂરા રસ માટે ઉત્તમ દાતણો ખેર, બાવળ, આસળ; તીખા રસ માટે ઉત્તમ દાતણ કણઝીનુ; કડવા રસ માટે ઉત્તમ દાતણ લિંબડાનું, મધુર રસ માટે મહુડાનુ અને ખોનસરીનુ – આમ વિવિધ રસના દાતણો કરવા જોઈએ એ કોણ જાણે છે? પાણિયારામા પડયા પડયા કાળા મેસ ગંધાતા થઇ ગયેલા વાસી બાવળના દાતણ કરવા

કરતા દાતણ ન કરવુ એ જ સારુ છે દાતણના કૂચા સાથે હિમા લયમા થતા તેજબલની છાનનું, અદર કપૂર, લવિંગ વગેરે સુગધી પદાર્થો નાખીને બનાવેલુ મજન વાપરવુ જોઇએ પછી મળશુદ્ધિ પછી તૈલગણ્ડૂષ-આખું મો ભરાઈ જાય એવો મોટા તલના તેલનો કોગળો ભરવો તે-ભરીને ૧૦-૧૫ મિનિટ બેસી રહેવું પછી મુખ ધોઈ કાઢવુ આયુર્વેદ કહે છે કે જે માણસ રોજ તૈલગણ્ડૂષ-તેલના કોગળા કરે છે તેના જડબાના હાડકા મજબૂત રહે છે, સ્વર સારો રહે છે, મોઢુ સુદર ભરાવદાર રહે છે, રસનુ સૂક્ષ્મ જ્ઞાન થઇ શકે છે, અન્ન ઉપર ઉત્તમ રુચિ જન્મે છે, એને કદી કઠશોષ કે હોઠ ફાટવાનો ભય રહેતો નથી એ જ દાત મરતા સુધી બગડતા નથી અને દૃઢમૂલવાળા થાય છે, દાતમા એને કદી ચસકા મારતા નથી. ગમે તેના ખાટા પદાર્થો ખાવાથી પણ એના દાત અબાતા નથી કઠિન પદાર્થો તે સહેલાઈથી ચાવી શકે છે બચપણથી જ પ્રત્યેક માબાપ બાળકોને આ ટેવ પાડે-પોતે પણ આ તૈલગડૂષ કરે-તો આજે જે દાતના ચોકઠા જોવા મળે છે તે ભાગ્યે જ જોવામા આવે. દાતના ડૉક્ટરોની મુદ્દલ જરૂર ન રહે પ્રાથમિક શાળાઓમાથી આ માટે ભાર મુકાવો જોઇએ આપણા પાઠ્ય પુસ્તકોમા આ વાતોનો સમાવેશ શે ન હોય? પશ્ચિમનું ચર્વિતચર્વણ આપણે ક્યા સુધી ચાલુ રાખીશુ? તૈલગણ્ડૂષ કહીને પરમ સાર પીરસી દીધેલો છે ડેન્ટીસ્ટ્રી (દતવિદ્યા) નો આપણા પાઠ્ય પુસ્તકોમા દાતણ ક્યા કરવા, કૂચો કેમ ઘસવો, દતમજન કેવુ વાપરવુ, ઊલ કેવી જોઇએ અને કેમ ઉતારવી જોઇએ મા સાફ કેમ કરવુ જોઈએ, તૈલગણ્ડૂષ શી રીતે આચરવુ જોઈએ, વગેરેનો સમાવેશ કરો મન લલચાવનાર જાહેરખબરો વાચીને ખરીદવામા આવતા ભાતભાતના પરદેશી ટૂથપેસ્ટો અને બ્રશો-જેના ભાવા જેવા વાળ દાતના મૂળ પેદા બગાડે છે-વગેરેની આપણને મુદ્દેલ જરૂર નથી સુદૃઢ આરોગ્ય માટે આની જરૂર નથી દાતના દવાખાના ખુલ્લા મૂકવાની જરૂર નથી

જ. આ થઈ દાત માટેની પોઝિટિવ હેલ્થની વાત. મામાપો જ્યા દાતના ગવેફામા ચોકલેટો કે ચ્યુઇંગ ગમ્સ ભરીને ચૂસતા હોય ત્યા બાળકો પણ આ શીખે જ ને? અને પછી દાત બગડે એટલે દતવૈદ્યને બતાવવા જવુ ! મને તો લાગે છે આપણા દેશમા જ્યારથી પરદેશી રસાયણો વડે શુદ્ધ થઈને આવતી સફેદ ખાડ ખાવાની શરૂ થઈ છે ત્યારથી જ આપણા દાત બગડયા છે. નહિતર આપણા દેશમા દાડમની કળી જેવા સુદર દાતો હતા. કવિઓએ દાતની શોભાના કાવ્યો લખ્યા છે. આજે બનાવટી પોચા ખોરાકો શોધાયા છે, કઠિન વસ્તુઓ ચણાદાળિયા, કોપરું, ખાવાનુ કોઈને સૂઝતું નથી. દાતના ગવેફામા પીપરમિંટ ટીકડીઓ, ચોકલેટો ભરેલા રહે, આ અને ખાડનો અતિ ઉપયોગ, ગરમાગરમ ચા પીવાની ટેવ, ૨૫–૩૦ સિગાર કે બીડીઓ ફૂંકવાની આદત; આહાર પણ એટલો જ નિસત્વ, ગાયના દૂધ-ઘીના અભાવ આ બધું બંધ કરવા જેવું છે તેનું જ્ઞાન કેટલાને છે? કઈ મ્યુનિસિપાલિટીએ આ માટે સક્રિય પગલા ભર્યાં? શહેરની ગલીએગલી બરફના ગોળાઓ ઉપર લાલચોળ રગો છટાઈને વેચાય, આપણા બાળકો તે હોસેહોસે ખાય, આઈસફ્રૂટસ ખવાતા હોય, આઇસ્ક્રીમ ખવાતો હોય અને મુખશુદ્ધિ માટેની એપરવા-પછી દાતો ન બગડે તો શુ થાય? રોગો વધે તેવું જ્યા ચોતરફનું વાતાવરણ હોય ત્યા આરોગ્યની વાતો કરવાથી શું વળે? જોઈએ છે દેશવ્યાપી આરોગ્ય-અસ્મિતા આને ગાનારા યાને કવિઓ નથી તે જન્માવવા પડશે. સધ્યાના રગો કે કોકિલના કેલિ-કૂજન ઉપર કાવ્ય લખનારાઓને આરોગ્ય ઉપર કાવ્યો લખવા પડશે. કનાકારોએ કૃષ્ણની કથા બહુ કરી, હવે પ્રજામા આરોગ્ય-અસ્મિતા જાગ્રત થાય એવું નવુ કઇ કથવું પડશે. આપણા દાક્તરોએ પોતાના જ્ઞાનનો વિનિયોગ પ્રજામા કરવો જોઇએ. દવાઓની અતિશયતાથી પ્રજાને બચાવી લેવી જોઈએ.

આખો માટે વિચારીએ. જ્યા ને ત્યા આખના કેસો જોવામા

આવે છે અધાપો વધતો જાય છે ચશ્મા વધતા જાય છે. આખની દર્પિતાનો ખોનાતી જાય છે આયુર્વેદ એકમે નાના શ્લોકમા **નેત્રરક્ષા** ઉદ્બોધેલી છે તે જોવા જેવી છે

આખની રક્ષા માટે રોજ ત્રિફલાનુ સેવન રાખવુ

મનને પ્રસન્ન રાખવુ ('મનસો નિર્વૃતિ')

રોજ આખમા સુરમો (અજન) આજવો

નસ્ય લેવુ અર્થાત્ નાકમા તેલ કે ઘી, દવાઓથી પકાવી લઈ તેના ટીપા મૂકવા.

પક્ષીઓના માસ ભોજનમા લેવા

પગના તળિયા ઉપર રોજ તેલ ઘસવુ

પગને વારવાર ધોઇને સાફ રાખવા.

પગરખા (જોડા) પહેરવા—ઉઘાડા પગે ન ફરવુ

રોજ ઘી (ગાયનું) પીવુ

અહિત ખોરાક (જે ખોરાક માફક ન આવતો હોય તે) કદી ન ખાવો તેમા તળેલા પદાર્થો, ફરસાણ અતિશય મસાલા—ત્યજવા.

અત્યત તેજસ્વી એવી હરતીફરતી અને સૂક્ષ્મ ચીજો કદી ન જોવી (આજની સિનેમાસૃષ્ટિને આ લાગુ પડે છે) (ભૃશભાસ્વ-સ્ચલસૂક્ષ્મવીક્ષણાચ્ચ')

આખની રક્ષા માટે આ નિયમો નિમિ નામના મુનિએ ઉપદેશેલા છે (અષ્ટાગ હૃદય)

રોજ ત્રિફલા–હરડે બેડા, આમળા આ ત્રણના ફળોની છાલનું સરખા ભાગે કરેલ ચૂર્ણ–દૂધ સાથે લેવાથી આખો કદી ન બગડે જેને તાપમા, ચૂલા પાસે અગ્નિ પાસે કામ કરવાનુ હોય તેવાઓએ રોજ ત્રિફલાનુ સેવન રાખવુ હિતાવહ છે વિટામિનની શોધ પહેલા આપણા પૂર્વજોએ આ સાદી પણ અમૂલ્ય એવી ભેટ દેશને આપેલી છે આમળામા વિટામિન 'સી' બહુ મોટાપ્રમાણમા છે એ આજના

વિજ્ઞાને જણાવ્યુ છે હરડેમા કોઈ વિટામિન છે કે નહિ તે ઉપર કઈ પ્રકાશ હજી પડ્યો નથી પરન્તુ હરડે! એનુ નામ જ **શિવા** છે–કલ્યાણકારક છે હરડેનુ રોજ સેવન રાખનારનુ કલ્યાણ જ થાય રોજ હરડે ફાકનાર કદી મા ! ન પડે આમપાચન (અપક્વ આહાર રસને પકવનાર), અનુલોમક (અધોવાયુનુ નિઃસરણ કરનાર) સર્વ રોગનુ પ્રશમન કરનાર, વયઃસ્થાપન (ઉમ્મર થઈ હોય છતા જણાય નહિ ટૂંકમા લાંબો વખત સુધી જુવાની કાયમ રાખનાર), બુદ્ધિ અને ઇંદ્રિયોની શક્તિ વધારનાર, દીપન પાચન–આ બધા હરડેના ગુણો છે આથી જ આનુ નામ **શિવા** રાખ્યુ છે

બેઢા–વિજ્ઞાને કોઈ પ્રકાશ પાડયો નથી

મને લાગે છે કે આ ત્રણ ઉત્તમ દ્રવ્યોનો યોગ ધરીને એક પરમ ઉપકારક એવી દવા આપણા પૂર્વજોએ દેશને ચરણે ધરી છે સાગરને ગાગરમા ભરનાર પ્રાચીન શૈલિમા ગ્રન્થવિસ્તાર નથી હોતો પરતુ કોટિ ગ્રન્થોનો સાર અદર ભરવામા આવેલો છે આમળાનુ વાવેતર થવુ જોઈએ બારે માસ એના લીલા તાજા ફળો મળે એવો પ્રબધ થવો જોઈએ એનો ઉપયોગ પ્રત્યેક આબાલવૃદ્ધવનિતાએ કરવો જોઈએ \

હાથી ઉપર **ત્રિફલા**નો વરઘોડો કાઢી, એનો જબરજસ્ત પ્રચાર કરવાની જરૂર છે

રોજ ઘી પીવાની સલાહ આપણા રોગીઓ માટે કેટલી પ્રાણવાન છે! ઘીને આપણા પૂર્વજોએ **सद्यस्वीर्यम्** કહ્યુ છે–આ પ્રાણવાન શબ્દોને પીછાનવાની શક્તિ પણ પરવારી ગઈ છે વિટામિનોની બનાવટો બધીને એક પલ્લામા મૂકો અને બીજા પલ્લામા ગાયના ઘીને મૂકો ઘીનુ પલ્લુ જરૂર વધશે ગાયના ઘીમા ભેસના ઘી કરતા ૧૦ ગણુ 'એ' વિટામિન છે ભેસના ઘીમા તો 'એ' મુદ્દલ નથી ગાયના ઘીનો પીળો રગ તેની અદર રહેલ કેરોટીન—ગાજરરગીક

પદાર્થને લીધે છે વનસ્પતિમાત્રમા 'એ' વસેલો છે આ કેરોટીનમાથી જ પ્રાણીઓના શરીર વિટામિન "એ" બનાવી લે છે વિટામિન એ ' ના અભાવે જ આખો બગડે છે, અને આખો જ નહિ આપણા શરીરની શ્લેષ્મક્લા બગડે છે જીવનશકિત બગડે છે સ્મૃતિ, બુદ્ધિ, અગ્નિ, શુક્ર અને ઓજને ધરાવનાર–એના ઘીના ગુણો છે આ નાનકડા પ્રાણવાન શબ્દો ઉપર ભાષ્ય લખવા જેવુ છે આ પ્રાણવાન શૈલિમા ઘીની કેમિસ્ટ્રી (રસાયણ) તો ભરેલી છે જ, પરતુ એથી ઘણુ વિશેષ છે અગ્રેજી ભાષામા આના પર્યાયો જ નથી **ओज** શબ્દ માટે આજની ફિઝિયોલોજીમા એક પણ શબ્દ નથી સમ્સ્ત ધાતુઓનો સાર તે શુક્ર–વીર્ય–અને વીર્યનો પણ પરમ સૂક્ષ્મ સાર તે **ओज** જીવનનો આધાર ઓજ ઉપર છે ઓજનો નાશ એટલે જીવનનો નાશ વધુ શુ કહુ ? રોજ ઘી પીવાની સલાહ આપનાર આપણા ઋષિઓએ રાષ્ટ્ર સમક્ષ એક મહામત્ર રજૂ કરેલ છે મત્ર એટલે મનન એક આ સાદા મત્રનુ મનન આપણા દારિદ્ર માત્રનો નાશ કરનાર છે ઘી **अलक्ष्मीघ्न** છે હિંદમા કોઇ બાળક, વૃદ્ધ કે યુવાન પગરખા સિવાયનો ન ફરે તે રાજ્યે જોવુ જોઇએ બાળકોને નાનપણમાથી જ વારવાર પગ ધોઇને સાફ રાખવાની ટેવ પાડવી જોઈએ

પગના તળિયા ઉપર તેલ ખૂબ ઘસવુ જોઈએ, ચરક કહે છે કે રોજ પગના તળિયા ઉપર અને માથામા ખૂબ તેલ ઘસવુ જોઇએ રોજ આખા શરીરે **तैलाभ्यग** કરવુ જોઈએ

આ બધુ બચપણથી જ બાળકોને શીખવાડવામા આવે ઘર આગળ માતાપિતાઓના આચરણથી શીખવવામા આવે, તો આ દેશ આટલો દુખી દરિદ્ર અને રોગી ન જ રહે આપણા રોગીઓ માટે મનની નિવૃતિ સૂચવનારાઓના મનમા 'સાઇકો–સોમેટિક મેડિસિન' ભરેલી લાગે છે ચલચિત્રો જોવાની મનાઇ કરવી જોઈએ પરન્તુ એ હવે ઇશ્વરના હાથની પણ વાત રહી નથી

આમ 'પોઝિટિવ હેલ્થ' માટે આયુર્વેદ પાસે વિપુલ સામગ્રી છે. આનું સેવન દિનચર્યામાં વણાઈ જવાની જરૂર છે. આખી પ્રજાને આ બધું સમજાવી આપણાં પાઠ્ય પુસ્તકોમા આ બધું ઉતારી, સ્વાસ્થ્ય અસ્મિતા (હેલ્થ કોન્શિયસનેસ) જગાવવાની ખૂબ જ જરૂર છે. ગુજરાતના કવિઓ અને લેખકોએ આ બધું વિચારવા જેવું છે.



૨૧ : છાસની પરબો

'આરોગ્ય' માટે અંગ્રેજીમાં 'હાઈજીન' શબ્દ હતો— છે. તેની જગાએ 'પ્રિવેન્ટિવ મેડિસિન' શબ્દ આવ્યો. હવે આ શબ્દની જગાએ નવો શબ્દ 'પોઝિટિવ હેલ્થ' પ્રચલિત થયો છે. પોઝિટિવ હેલ્થ' માટે આપણે 'સુદઢ આરોગ્ય' શબ્દ વાપરીશું.

આપણે રોગોને મટાડવા દવાખાનાં અને દવાઓનો જ વિચાર કરીએ છીએ, પરન્તુ પ્રજા પૂર્ણ આરોગ્યવાન થાય એવા પ્રયત્નો તરફ કોઇનું ધ્યાન જ જતું નથી! દાનેશ્વરીને કોઈ દાન કરવાની વૃત્તિ થાય છે તો તે દવાખાનું બાંધવા, પ્રસૂતિગૃહ બાંધવા પૈસા આપે છે પરન્તુ આપણી પ્રજા સુદઢ આરોગ્યવાળી થાય એનો તો કોઈને વિચાર જ નથી આવતો. આ આપણી કમનસીબી છે. બધા જ પ્રવાહપતિત થયા છે, એક જ ધરેડમાં ચાલતાં શીખ્યા છે. નવીન કલ્પના જ કોઈમાં સ્ફુરતી નથી. બધું યંત્રવત્–નિષ્પ્રાણ–ચાલી રહ્યું છે.

પશ્ચિમમાં દર હજાર માણસે આટલા ડૉક્ટરો છે, આટલાં દવાખાનાં છે, આટલી નર્સો છે, એ આંકડા પોપટની પેઠે પઢવામાં જ આપણા દેશના દાકતરોને, અને આગળ ચાલીને કહું તો, આરોગ્ય પ્રધાનોને રસ છે. *એમની દષ્ટિમાં સાચું આરોગ્ય એ સિવાય જણાતું*

નથી. દાક્તરોની બહુ તંગાશ છે એટલે બે વર્ષનો ટૂંકો વૈદ્યકીય અભ્યાસક્રમ કરી સ્વાસ્થ્યસંરક્ષકો (ઓક્ઝીલરી પર્સોનલ) ઊભા કરવાની યોજના આપણા આરોગ્ય પ્રધાનો વિચારે છે પરન્તુ કોઈને આ સિવાય બીજા વિચાર જ આવતા નથી. દવાખાનાં દાકતરો, આ બધાંનું મોટું બજેટ—બસ આ જ આપણી આરોગ્યદષ્ટિ અને કલ્પના છે.

એમાંથી આવી 'નૅશનલ હેલ્થ સ્કીમ.' વિલાયતે આ યોજના કરી એટલે આપણે અહીં પણ આવી યોજના થવી જોઈએ એનો હવે અહીં વિચાર થાય છે. બાવો નાચ્યો ત્યારે બાવી પણ નાચી. વિલાયતમાં આ યોજનાનાં પરિણામ સારાં જોવામાં નથી આવ્યાં. કરોડો રૂપિયાનો ધુમાડો આ યોજના પાછળ થઈ રહ્યો છે. દરદીઓની લાંબી લંગાર જામે છે, દાક્તરો અને દરદીઓનો કાલવ્યય થાય છે, રાજ્યનાં નાણાં વેડફાય છે. દશમાંથી આઠ દરદીઓ તો શરદી સળેખમના જ હોય છે અને શરદીની તો દાકતરો પાસે દવા જ નથી! શરદીની સગી બહેન જેવો ઇન્ફલ્યુએન્ઝા બીજો જ એવો સામાન્ય રોગ. એની પણ રામબાણ દવા દાકતરો પાસે નથી. પછી આવે છે ગળાના કાકડા. તે હજારોની સંખ્યામાં કપાય છે. ચિકિત્સક સમાજ પાસે આ શસ્ત્રક્રિયા માટે સબળ કારણો નથી જ છતાંય આ બધું નૅશનલ હેલ્થ યોજનામાં આવી રહ્યું છે. ટૂંકમાં, આવી વિશાળ યોજનાઓ પાછળ લાખો ને કરોડોનો ધુમાડો ચાલી રહ્યો છે તે નિરર્થક જ છે એમ ડાહ્યા માણસોને તો લાગે છે જ. આ પંથેથી પાછા ફરવા, આ ગતાનુગતિકતામાંથી છૂટવા માટે પ્રજાને કેળવવાની જરૂર છે. રોગો, દાકતરો અને દવાખાનાં તરફથી દૃષ્ટિ ફેરવી સુદૃઢ આરોગ્ય તરફ જ પ્રજાનું ધ્યાન દોરવાની જરૂર છે.

જે દવાખાનાં આજે પ્રજા માટે ચાલે છે તેની શી દશા છે તે તરફ પણ જોવાની જરૂર છે એમ અમને લાગે છે. તે વર્ગ આજે

ખાઈપીને પૈસા પાછળ પડયો છે. ગરીબ પ્રજાનાં નાણાંનો જે બદલો ગરીબોને મળવો જોઈએ તે ભાગ્યે જ મળે છે. દવાખાનાં હોય ન હોય બન્ને તેમને માટે તો સરખું જ લાગે છે.

અને દવાખાનાં આમ કેટલાં કાઢશો? તેને નિભાવવા સરકાર કયાંથી પૈસા લાવવાની છે? આજે તો આરોગ્ય પ્રધાન દરદી પ્રધાન કે રોગ પ્રધાન બની ગયેલ છે. દરદી અને રોગના વર્તુલમાંથી તે છૂટો જ આવતો નથી. 'સુદૃઢ આરોગ્ય'ની તેમની પાસે યોજનાઓ જ નથી. પશ્ચિમના અંધ અનુકરણની આ મોહિની કંઈ અજબ છે. એની માયામાંથી વછૂટવું ભલભલાને માટે અઘરું છે. આરોગ્ય પ્રધાન કોઈ 'પોઝિટિવ હેલ્થ'ની વાત કરે છે ત્યારે મને હસવું જ આવે છે. એ પોપટની પેઠે અચરે અચરે રામ કરે છે એટલું જ, તેની પાછળ નથી કોઈ યોજના, નથી કંઈ કલ્પના.

આજે અરધુંપરધું ખાધું ન ખાધું ને બાળકો નિશાળે દોડે છે. જમતી વખતે નિશાળનો વખત થઈ જશે અને માસ્તર એમને ઊભા રાખશે, વઢશે એ બીક હોય છે. આપણા કેળવણી પ્રધાનો કયા મુખે ડાહી ડાહી વાતો કરે છે? આ સાદી વાત તેઓ સમજી શકતા નથી શું? નિશાળનો આ સમય બદલાય તો બીચારાં આપણાં છોકરાં સુખેથી જમે; જમીને દોડતાં અટકે. જમીને થોડી વાર સંપૂર્ણ સ્વસ્થતાથી (રાજાની પેઠે બેસવું જોઈએ, એ કહેવાના દિવસો હવે ગયા.) સૂવાનું કે બેસવાનું કોઈ માટે આજે શકય છે? વિદ્યાર્થીઓ, વકીલો, કારકૂનો—બધા જ જમવાના ટાણે વ્યગ્ર હોય છે. જમીને અર્ધો કલાક બેસવાનું તેમના ભાગ્યમાં નથી. '**मृत्युर्धावति धावतः**'—જે ખાઈને તુરત દોડે છે તેની પાછળ મૃત્યુ દોડે છે એ કહેનાર કવિ કે વૈદ્યમાં કેટલી દૂરદર્શિતા હશે! આરોગ્યની મોટી મોટી યોજનાઓ પાછળ કરોડો રૂપિયા વેડફવા કરતાં આવી એક સાદી વાત લોકોના દિલમાં ઊતરે તો કેટલીય

અનર્થપરંપરા મટી જાય ! આજે પેટનાં આંતરડાંનાં ચાંદાંના હજારો કેસો થાય છે—જોવામાં આવે છે. આ ચાંદાં એ આ દોડધામમાંથી જન્મે છે એ સાદી વાત આરોગ્ય પ્રધાન કે કેળવણી પ્રધાન ન સમજતા હોય એમ માનવાની હું ના પાડું છું. ગતાનુગતિકતામાંથી છૂટવું એ જ મહા મુશ્કેલ છે.

ફરજિયાત શિક્ષણ કરતાં ફરજિયાત દૂધ–છાસ આપવાની યોજના વિચારવા જેવી નથી શું ? ફરજિયાત શિક્ષણ પાછળ નાણાં વેડફવા કરતાં તો એક તાલુકો કે આખો જિલ્લો લઈ ત્યાંનાં નિશાળે જતાં બાળકોને રાજ્ય તરફથી રોજ ૧ શેર સ્વચ્છ તાજું દૂધ આપવાની યોજના વિચારાશે તો પ્રજાનું વિશેષ કલ્યાણ થશે. પ્રજામાં દૂધની અસ્મિતા જન્માવવાની ખૂબ જ જરૂર છે. માયકાંગલે શરીરે વાંચી, ભણીનેય શું કરશે ? એના કરતાં નાનાં બાળકોને રાજ્ય તરફથી દૂધ અને દૂધ નહિ તો છાસ મળે એવી યોજના શું કામ રજૂ ન કરી શકાય ? જોઈએ છે નવીન કલ્પના, નવીન આદર્શ, નવીન કરવાના કંઈક કોડ.

આજે આપણાં ગામડાંમાંથી દૂધ શહેરોમાં ચાલી આવે છે. ગામડાંમાં શેર દૂધ વેચાતું જોઈતું હોય તો ભાગ્યે જ મળે છે. દૂધ નહિ તો પછી છાશનાં તો દર્શન જ દુર્લભ હોય ને ? ઘરવલોણું ગયું, ઘી કરતાં દૂધ વેચવામાં આર્થિક લાભ લોકોને સમજાયો છે. મજૂરી કરવાનું હવે કોઈને ગમતું નથી. એ વલોવવા કરવાની કડાકૂટ કોણ કરે ? પરિણામે ગામડાંનું આરોગ્ય જુઓ. સાવ નિસ્તેજ, માયકાંગલાં, રોગિષ્ટ શરીર. એ જ આજનાં આપણાં ગામડાં. દૂધ, માખણ, ઘી, છાસ ગયાં અને આવી ગામમાં હોટલો. ચાના કસુંબા લોકો ઢીંચતા થઈ ગયા. ગામડાંમાં જે જાતની ચા પીવાય છે તેને હું ધીમું ઝેર જ ગણું છું. આપણા આરોગ્ય ખાતાના અધિકારીઓ (હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટ) અને લોકલબોર્ડના દાક્તર વૈદ્યો ધારે તો આ બદીમાંથી લોકોને બચાવી શકે. પરન્તુ આ દૃષ્ટિ જ નથી તેનું શું કરવું ?

હુ આરોગ્ય પ્રધાન હોઉં તો છાસની પરબો મંડાવું. આ શેખચલ્લીની યોજના નથી, તદન વ્યવહારુ વાત છે. આરોગ્ય પ્રધાનને જવા દઈએ, પ્રજા ધારે તો આ સાદી યોજના સહેજે અમલમાં મૂકી શકે. આ યોજના આ રહી'—

એક 'યુનિટ'મા બે મણ દૂધ રોજ ખરીદાય. બે મણ દૂધમાથી ૧૦ મણ છાસ થાય–૪૦૦ શેર છાસ થાય. એક પૈસાની એક રતલ લેખે છાસ આપતા રોજ ૪૦૦ માણસોને છાસ મળી રહે. હવે દર ગામડામાથી કે શહેરના લત્તામાથી ૪ દિવસની છાસના પૈસા આપનાર એટલે કે ૨૫ રૂપિયા આપનાર એક સભ્યને ઊભો કરવો. ૨૫ રૂપિયા આપનાર ૯૦ માણસોથી આવુ' છાસઘર યા છાસની પરબ શરુ કરી શકાય. પાણીની પરબો માટે પૈસા આપનાર નીકળે છે તેમ છાસની પરબો બેસાડનારા ખુશીથી મળી રહે. દૂધ સારું હોય એટલે ૨ મણ દૂધમાંથી ૬ રતલ માખણ ઊતરે, તે એક રતલના ૩ રૂપિયાના ભાવથી વેચતાં તેની આવક જમા થાય. આ માખણ દરદીઓને પહેલું મળે, પછી દાન આપનાર વ્યક્તિઓને કે તે જે કહે તે પ્રમાણે તેનો નિકાલ થાય. વર્ષભર દૂધનો સરેરાસ ભાવ ૦–૫–૦ પાંચ આના આંકયો છે. આ પ્રમાણે ગણતાં નીચે પ્રમાણે આવક–જાવકનો ખર્ચ અંદાજી શકાય :—

જાવક રોજની

બે મણ દૂધ ૦–૫–૦ રતલના ભાવે......... રૂ. ૨૫–૦–૦

આવક રોજની

(૧) ૬ રતલ માખણની* ત્રણ રૂપિયાના ભાવે રૂ. ૧૮–૦–૦

(૨) ૧૦ મણ છાસ ખરીદ લેનાર વ્યક્તિ પાસેથી મળતી (દાનની) રકમ ૬–૪–૦

(૩) ૧૦ મણ છાસ (વ્યક્તિ ખરીદી લે તે જ) જનતાને એક પૈસાની એક રતલ અપાય તેની

મળતી કિંમતના	રૂ. ૬–૪–૦
	૩૦–૮–૦
	જાવક રૂ. ૨૫–૦–૦
	બાકી નફો રૂ. ૫–૮–૦

આ બાકી રહેલા રૂ. ૫–૮–૦ માથી કામ કરનારને મહેનતાણું આપી શકાય. વલોવવા બે માણસો જોઈએ તે વાસણો સાફ કરે અને બીજી વ્યવસ્થા કરે. રૂ. પામાંથી આ પ્રમાણે કામ કરનારને મહેનતાણું આપી શકાય અને દૂધનો ભાવ વધે ત્યારે તેને પહોચી વળવા માટે એ રકમનો ઉપયોગ કરી શકાય. જુવાન સ્વયંસેવકો અને સેવિકાઓ છાસ ખેચવા આવે તો કંઈ ખર્ચ થાય જ નહિ.

જોઈએ કુશળ સંચાલક. સેવાભાવી કુશળ સંચાલક આવી છાસની પરબોની શરુઆત કરે. પ્રજાના મોટા ભાગને નજીવી કિંમતે છાસ આપી શકાય. વસ્તીના પ્રમાણમાં આવી અનેક 'યુનિટો' ચલાવી શકાય.

'दधिमंथनघोष' વિનાનાં ઘરો ઘરો નથી પણ અરણ્યો છે એ લખનાર કવિ કેવો હશે! વલોવતી વખતનો અંગમરોડ તો કવિના કાવ્યનો વિષય બન્યો છે. આપણી બહેનો આ વ્યાયામ કરે અને એ જોના કવિઓ આવશે, કાવ્યો લખાશે.

આપણા દેશમાં દરેક ગામેગામ આવી છાસની પરબો માંડવાની જરૂર છે. ગામપંચાયતો ધારે તો આ યોજના સહેલાઈથી ઉપાડી

* માખણનો ઉપાડ ન થાય તો ઘી બનાવી લેવું અને સ્વચ્છ ઘી ખાનારા ગ્રાહકો નોંધી રાખવા.

લઈ શકે આજે ગામપંચાયતો, પ્રસૂતિગૃહો અને દવાખાના ખોલવા, ચલાવવા પાછળ વિચાર કરે છે. તે ભલે કરે, પરંતુ 'પૉઝિટિવ હેલ્થ' માટે આ વસ્તુ પેલી કરતા વધુ જરૂરી છે એટલુ તેમના ભેજામા ઉતારવાની જરૂર છે ગામડાને આવી ૧ પૈસે ૧ રતન છાસ મળે તો, હાલને તબક્કે, સરસ છે છાસ એ આપણા ગરીબ દેશની પેનિસિલિન છે છાસમા ભલભલા જતુઓને મારવાની અદ્ભુત શક્તિ છે. રોજ છાસ પીનારને રોગો થાય જ નહિ. મને લાગે છે કે પ્રજાની કાયાપલટ કરવા માટે આ સાદી યોજના દરેક ગામડુ વિચારશે.

અને શહેર માટે તો આ ખૂબ જ સહેલુ કાર્ય છે દર વૉર્ડ દીઠ આવી યોજના—છાસ પરબ—આપણા મ્યુનિસિપલ કાઉન્સિલરો શું કામ શરૂ ન કરે? શરુઆત થતા પ્રજાને એના લાભો સમજાશે અને પછી તો આવા કામો માટે હરીફાઈ—સ્પર્ધા—જામશે. જરૂર છે સાચા યોજકોની

હું આરોગ્ય પ્રધાન હોઉં તો ગામડાના પટેલ, તલાટીઓ અને શિક્ષકો પાસે મોટા ગામ હોય તો ગામપચાયતો મારફતે, શહેરો હોય તો મ્યુનિસિપાલિટી મારફતે, યુવકમડળો (રૂરલીગ) અને સેવાસમાજો હોય તો તેમની મારફતે આ આદોલન ગતિમાન બનાવુ અને એકાદ બે વર્ષના અનુભવ બાદ તેનો કાર્યપ્રદેશ વિસ્તારુ મ્યુનિસિપાલિટી અને ગ્રામપચાયતોને સરકાર આ પેટે થોડી ગ્રાન્ટ આપવાનુ વિચારશે જ.

આવી છાસપરબ સરસ રીતે ચાલશે તો દાન કરનારા તો ઘણાય નીકળી આવશે. કોઈને ૧ રતનથી વધારે છાસ ન આપવી, કોઈ આ નિમિત્તે દાન આપે તે સ્વીકારવા. દોણી, રવૈયો વગેરે સાધનો શરુઆતમા સખી ગૃહસ્થો પાસેથી દાનમા મેળવવા—આ બધુ કાર્ય સચાલકને શિર રહેશે યુવક મડળોનો આજે રાફડો ફાટયો છે તે

વારંવાર નાટય પ્રયોગો, ગરબા અને ભાષણો ગોઠવીને પોતાના કર્તવ્યની ઇતિકર્તવ્યતા માનતા લાગે છે. તેમને માટે આ સુંદર કાર્ય છે. આ રચનાત્મક કાર્ય છે. સંચાલનનો અનુભવ મળશે, સહકારની પરસ્પર ભાવના કેળવાશે. બહેનો પણ હવે તો આવાં મંડળોમાં બહુ હોય છે. તેઓ ધારે તો બબ્બેના વારા બાંધી વલોવવા આવે અને યુવાનો અને યુવતીઓ મળીને જાતે જ વલોવે. સરસ વ્યાયામ થશે. કંઈક કર્યાનો સંતોષ થશે.

બાકી પ્રધાનો પણ બીચારા શું કરશે ? આપણો રંગ બદલાયા વિના આરોગ્ય પ્રધાનોનો રંગ નહિ બદલાય. જેવી પ્રજા તેવા તેના પ્રધાનો—આ સૂત્ર સૌ યાદ રાખે.

' છાસની પરબો ' નો વિચાર મને આપનાર શ્રી. ચૂનીલાલ રામચંદ્ર શેનત છે. ઉમરેઠમાં તેઓ આવી રીતે છાસ આપતા પણ હતા એમ મને યાદ છે.

પંચવર્ષીય યોજનમાં આવી યોજનાને સ્થાન હોય. પ્રજા પોતે સમજે તો પંચવર્ષીય યોજનામાં પણ આ યોજનાને જરૂર સ્થાન મળે. પરન્તુ એનો પોકાર પ્રજાના દિલમાંથી ઊઠવો જોઈએ. સરકાર સામે મોં માંડવાની વૃત્તિ ખોટી છે. પ્રજા ધારશે તો પોતે ઇચ્છે તેવા પ્રધાનો આવશે જ.

સહકારી મંડળો આજે ગામડે ગામડે જામવા લાગ્યાં છે. એના સંચાલકોનું મુબારક ધ્યાન આવી બાબતો તરફ જાય તો ઘણું ઉપયોગી કાર્ય થઈ શકે. જરૂર છે નવી દૃષ્ટિવાળા કુશળ સંચાલકોની અને નવીન આર્થિક આયોજનાની. જે સહકારી મંડળીઓ ગામડામાંનાં દૂધ-શાક વેચીને પૈસાની બચત કરે છે તે મંડળીઓ પોતાના ગામડાના આરોગ્યના પ્રશ્નો વિચારી શકે તો આપણા પ્રજાજીવનમાં નવપલ્લવિતતા પાંગરશે.

દવાવાદમાંથી પ્રજાને છોડાવો. પ્રજાને ખાતાં શીખવાડો. એક એક ચાના 'કોર'ના બે આના આપવા કરતા બે આનાની મગફળી અને ગોળ ખાતાં તેને શીખવાડો. ચાને ગામડામાંથી કાઢો, ખાંડને કાઢો, છાસદૂધને સ્થાન આપો, ગોળને સ્થાન આપો. એક પૈસો ખર્ચતાં તે કેવી રીતે ખર્ચાય છે તે વિચાર કરવાની પ્રેરણા ગામડાંમાં જાગ્રત કરો. મજૂરોને શું ખાવું તે શીખવાડો. તમો ૧ રૂપિયો રોજ અપાવશો પણ જો તેને ખાતાં જ નહિ આવડતું હશે તો તે રૂપિયાનો દુર્વ્યય જ કરવાનો—આજે તે કરી રહ્યો છે જ.

પંચવર્ષીય યોજના આજના આપણા દૂબળા,ચોધરા,હરિજનોની મજૂરી ઉપર જ નિર્ભર હશે. આ નર–કંકાલો પાસે તમે શી મજૂરીની અપેક્ષા રાખો છો? એમના શરીરમા માંસ જ કયાં છે? એકલાં હાડકાં ઓછું જ કામ આપવાનાં છે? 'લેબર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ'ની યોજનામાં મને રસ નથી. મજૂરોને દાક્તરવૈદ્યને ત્યાં મોકલવામાં કે તેમની સામે જોતા કરવામાં મને રસ નથી. મજૂરોનો ખોરાક જોનાર કોઈ આરોગ્ય પ્રધાન છે ખરો? આ બધું 'પૉઝિટિવ હેલ્થ' માગે છે.



૨૨ : આપણી "હેલ્થ ફ્રન્ટ"

હમણાં આપણાં સ્વાસ્થ્ય સચિવ અમૃતકુંવરબા યુરોપમાંથી બી. સી. જી. વેક્સિન–ક્ષય અટકાવવાની રસી લઈ આવ્યાં છે. હિંદુસ્તાનની ભૂમી ઉપર આ વેક્સિન લઈને નાનકડું સૈન્ય પણ યુરોપથી ઊતરી ગયું છે. અને આપણા વિદ્યાર્થીઓ ઉપર રસીઓ મુકાવી પણ શરૂ થઇ ગઈ છે. ગરીબ હિન્દુસ્થાન આ માટે વર્ષ દિવસે ૭ કરોડ રૂપિયા લાગલાગટ પાંચ વર્ષ સુધી ખર્ચશે અને

ત્યારબાદ ત્રણ ત્રણ કરોડ ખર્ચશે. કારણુ હિંદમાં ક્ષયરોગ ખૂબ વધે છે. એટલે અમૃતકુંવરબાનું સ્ત્રીહૃદય દ્રવી ઊઠયું અને આ 'રસી'નું દાન ક્ષયરોગીઓને ધર્યું છે. અમૃતકુંવરબા જાતે તો ડૉક્ટર નથી, એટલે કોઈ અન્ય ડૉકટરની સલાહ તેમને મળી હશે. સંભવ છે આપણા ડૉ. જીવરાજભાઈની સલાહ તેમને મળી હોય. આમ અનુમાન કરવાનું કારણુ છેઃ ૧૫ મી ઑગસ્ટે ડૉ. જીવરાજભાઈએ ટાઇમ્સ ઑફ ઇન્ડિયામાં 'પ્રોગ્રેસ ઑન ધી હેલ્થ ફ્રન્ટ' નામનો લાંબો લેખ લખેલો છે. અને આ લેખમાં તેમણે બી. સી. જી. વેક્સિનેશનને અર્ધ્ય આપેલો છે.

" One of the significant achievements of the Government of India on the health front is the introduction of B. C. G. Vaccination against tuberculosis." ખેર, ગમે તેના કહેવાથી આ રસી લાવવામાં આવી હોય, પરન્તુ આ રસીથી ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટશે એ શુદ્ધ ભાવનાની તો જરૂર છે જ. ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટતું હોય તો વાર્ષિક ૭ કરોડ રૂપિયાની શી વિસાત છે!

પરન્તુ પ્રશ્ન એ છે કે યુરોપ અમેરિકામાં આ રસીનો વ્યાપક ઉપયોગ થયો જ નથી, એનાં પરિણામો પણ બહુ સારાં નથી આવ્યાં એમ ખુદ હિંદ સરકારના ક્ષયરોગ સલાહકાર ડૉ. વર્ધોસ બેન્જામીને જાતે જ કબૂલ કર્યું છે. એ કહે છે કે જો "નોર્થ અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં આ બી. સી. જી. રસીના ઉપયોગથી ૪/૫ જેટલી મરણુસંખ્યા ઓછી થઇ છે તો આપણે આશા રાખીશું કે હિંદમાં પણુ એ જ રીતે ક્ષયથી થતી મૃત્યુસંખ્યા ઘટશે." આ વાક્ય બતાવે છે કે હિંદુસ્થાનના વતનીઓ કરતાં તદ્દન ભિન્ન જાતના વતનીઓ–જેમનો આહારવિહાર અને મનોવિકાસ આપણા કરતાં તદ્દન ભિન્ન છે–એવાઓ ઉપરના પ્રયોગની વાત ડૉ. બેન્જામીને

કરે છે. આગળ ચાલતાં એ પોતે જ કહે છે કે "યૂરોપમાં છેલ્લાં ૨૦ વર્ષોથી આ ક્ષયની રસી યૂરોપિયન વતનીઓમાં પણ વપરાયેલ છે. અલબત્ત બહુ ઓછી જન-સંખ્યા ઉપર—અને તે પણ આહાર વિહાર વગેરેના બરાબર નિયમન સાથે જ—તેનાં પરિણામો પણ આશાજનક આવેલાં છે." નાની જનસંખ્યા ઉપર બરાબર આહાર-વિહારાદિનું નિયંત્રણ રાખી આ રસી અજમાવવાથી સંતોષકારક પરિણામ આવ્યું હોય તો તેમાં નવાઈ શી છે? આહાર તેમ જ સુંદર ઘરો વગેરેની બધી સોઈ સાથે આવી રસીઓ ભલે અપાય. હિંદમાં તો કોઈ જાતનું આવું નિયમન જોવામાં કે જાણવામાં નથી આવ્યું. ડૉ. બેન્જામીન કહે છે કે "હિંદમાં ૧ કરોડ માણસો તો આ Tuberculin Negative હશે જ અને તેને આ રસીઓ આપવામાં આવશે. ૨૦ વર્ષથી નીચી ઉંમરના આ લોકો હશે. આવતાં પાંચ વર્ષમાં જો આમાંના ૮૦% ને આ રસી આપી દેવાય અને પછીની પેઢીઓમાં પણ સતત જાગૃતિ રાખી રસી આપી પુનઃ પરીક્ષાઓ થતી રહે તો આવતાં ૧૦ થી ૨૦ વર્ષોમાં ક્ષયથી થતું મરણપ્રમાણ ઘણું ઘટી જાય ખરું. નોર્થ અમેરિકન ઇન્ડિયન્સમાં જે થયું તે જો હિંદમાં થાય તો ૨૦ વર્ષ બાદ ૫ લાખ રોગી હાલ ક્ષયના છે તે ૧ લાખ જેટલા જ રહેશે." આગળ આ વિદ્વાન કહે છે કે "પશ્ચિમમાં પૂરીપૂરી તકેદારી રાખી કંટ્રોલ્ડ પ્રયોગો કરી, જે શુભ પરિણામો લાવી શકાયાં છે તેવાં હિંદમાં આવશે કે કેમ તેનો ઉત્તર આજથી નિશ્ચિતપણે ન જ આપી શકાય. પરિણામો વિષે બોલવા તો કેટલાંય વર્ષો જોઈશે." મેં ડૉ. બેન્જામીનના સ્ટેટમેંટમાથી ઉપલા ફકરા લીધા છે. આ સ્ટેટમેન્ટ ડૉ. બેન્જામીને કૉમનવેલ્થ રિલેશસન્સ કૉન્ફરન્સ પાસે કરેલું છે, જે દિલ્હીના "હિંદુસ્થાન ટાઈમ્સ" માં (જુલાઈ-૧૯-૧૯૪૯) છપાયેલું છે. સાચી વાત એ છે કે ડૉ. બેન્જામીનના બોલવામાં કે દલીલોમાં જરા પણ બળ નથી. આ રસીના ઉપયોગ વિષે તે પોતે પણ શંકાશીલ લાગે છે. સંભવ છે કે

જવાબદારીના ભાનવાળા સજ્જનો શબ્દો તોળીતોળીને વાપરતા હશે. પરન્તુ આખા સ્ટેટમેન્ટમાંથી પ્રત્યયાત્મક વાણી મુદ્દલેય નથી વંચાતી.

જે રસી વિષે ખુદ ડૉકટરોનો મોટો ભાગ વિરુદ્ધમાં કે તરફેણમાં નથી તે રસી હિંદુસ્થાનના નિર્દોષો ઉપર લાદવામાં આવેલી છે. આપણા ડૉકટરો આપણી સરકારને આંખે કેવાકેવા પાટા બંધાવી શકે છે તેનો આ રસી ઉત્તમ નમૂનો છે.

ક્ષયરોગનાં ખરાં કારણો ગીચ વસ્તી, હવાઅજવાળા વિનાનાં ઘરો, અયોગ્ય અને અપૂર્ણ પોષણ, જીવલેણ ચિંતાઓ, બેહદ ગરીબાઇ, સ્વચ્છતા તરફની અક્ષમ્ય બેદરકારી વા અજ્ઞાન આ છે તે સૌ સ્વીકારશે જ. આ સ્થિતિ જ્યાં પ્રવર્તી રહી છે ત્યાં આ રસીનાં પરિણામો કેવાં આવશે તે કહેવું શું મુશ્કેલ છે? એક અંધારી ઓરડીમાં પાંચછ છોકરાં સાથે માબાપ રહે છે, આ છોકરાંને ક્ષયની રસી આપવાથી શું ક્ષય થતો અટકશે? દૂધ, ઘી, તેલનાં તો ગરીબો માટે દર્શન જ દોહ્યલાં થઈ પડયાં છે. બેનિતમ મોંઘવારી હજી વધુ ક્ષયના રોગીઓ ઉત્પન્ન કરશે. જે જાતનો અયોગ્ય ખોરાક આપણી સરકારનું રેશનિંગ ખાતું આપતું હતું તે માણસો માટે ખાવા લાયક ન હતો. આ બધું છે તે ડૉ. જીવરાજ મહેતા અને અમૃતકુંવરબા નથી જાણતાં એમ કેમ મનાય? અને આને માટે પ્રાથમિક શાળાઓમાં જતાં તમામ બચ્ચાંને રાજ્ય તરફથી વર્ષ દહાડે ૭ કરોડનું દૂધ આપવાનું કોઈને કેમ ન સૂઝયું? જો સરકાર એમ કહે છે કે દૂધ આપવાનું હાલને તબકકે શકય નથી તો પછી ઓસ્ટ્રેલિયાથી કે બીજેથી ૭ કરોડ રૂપિયાની ગાયો અને ખૂરા મંગાવવાનું શકય ન હતું? દૂધની મહત્તા, સંપૂર્ણ ખોરાક તરીકેની તેની પ્રતિષ્ઠા અમૃતકુંવરબા નહિ સમજતાં હોય? ૭ કરોડ રૂપિયા દૂધ પાછળ ખર્ચવામાં આવ્યા હોત તો મારી ખાતરી છે અને

શિક્ષિત જનો પણ એ સ્વીકારશે જ કે ક્ષયરોગ જોતજોતામા ઘણો ઓછો થઈ જાત. પરતુ આ સાદી વાત આપણા રાજધુર ધરોને નથી સૂઝી અને બી સી જી વેક્સિનના પ્રોપેગેન્ડાના પ્રવાહમા કે પછી તે સુધરેલી પ્રજામા માનભરનુ સ્થાન મેળવવાના મોહથી હો કે હેલ્થ મિનિસ્ટર વધુ પડતા પશ્ચિમી સાયન્સની સિદ્ધિઓમા શ્રદ્ધાવાળા હોય-તણાયા એ ખરેખર અચબો પમાડનાર વાત છે શરીર ઉપર ખાદી અને આખી અંતર ચેતના પશ્ચિમી એવુ ઘણા ગાંધીભક્તોને માટે કહેવામા આવે છે તે આ જોયા પછીથી તો અવશ્ય વિચારણીય લાગે છે.

વળી થોડા રોજ પહેલા અમૃતકુવરમા બોલ્યા છે કે, "આપણા લોકો ખૂબ જ જૂનવાણી વિચારના છે. નવુ તેઓ અપનાવી શકતા જ નથી આપણો ખોરાક ઘણી દષ્ટિએ અપૂર્ણ છે અને તે ત્યજીને નવો ખોરાક તેઓ અપનાવી શકતા જ નથી" (આ સાર છે સ્મૃતિ ઉપરથી મે આપેલો છે) એટલે હમણા ન્યુટ્રિશનલ કમિટી કે એવા જ બીજા નામવાળી સસ્થા તેઓએ સ્થાપી છે અને આ સસ્થા હવે હિંદની જનતાને નવો ખોરાક આપશે! આ જ્યારે મે વાચ્યુ ત્યારે મારા મુખમાથી નિસાસો નીકળ્યો આ અમારા હેલ્થ મિનિસ્ટર! આપણને જૂનવાણી કહીને તેઓ પોતાની જાતને પશ્ચિમી સભ્યતાના ઉપાસક તો નહિ માનતા હોય ને? ભલે ન્યુટ્રિશનલ લેબોરેટરીઓ સ્થાપો, ધોળા હાથીઓ બાધો, આતરરાષ્ટ્રીય સમિતિઓમા તે ભલે એરોપ્લેનમા ઊડીને જતા અને હિંદ જરાકેય પાછળ નથી પણ ખૂબ [civilized] છે એમ ભાષણો આપી આવે. લોકોને એક ટક પેટ પૂરતો ખોરાક આપવાનું - આપણા રાજધુર ધરોને સૂઝતું નથી, અને આવી નવી નવી સસ્થાઓ પાછળ લખલૂટ ખર્ચો ચાલી રહ્યા છે! આ કમિટીઓ કાને આપણને ખોળનો ભૂકો ઘઉના લોટમા ઉમેરીને ખાઓ, કણગા ફોડેલા કઠોળ

ખાઓ, દૂધને પાઉડર સારા દૂધની અવેજીમાં લો, શકકરિયાંનો લોટ કે શકકરિયાનું શાક ખાઓ, ટેપિઆકાનો સ્ટાર્ચ વાપરો, સોયાબીન વાપરો, મલ્ટીવિટામિન ગોળીઓ ખાવામાં લો, વગેરે કહેશે. તલ કે મગફળીના ખોળનો ભૂકો રસાયણ દૃષ્ટિએ (Chemically) ખાદ્ય ઘટકો દર્શાવનાર જરૂર હશે, પરન્તુ આયુર્વેદે તેને ખાવાની મના કરેલી છે. આયુર્વેદવેત્તાઓ તો જૂનવાણી વિચારના છે જ એટલે પકડેલું પૂંછડું છોડે જ નહિ એમ આપણા સુધરેલા—અથવા સુધરેલામાં ખપવા આડંબર કરનારાઓ કહેશે. કણગારેલાં ધાન્યો પણ હંમેશાં ખાવા. જેવાં નથી. જ્યારે શાકભાજી ન મળતાં હોય ત્યારે જ તે ખાવા જેવાં છે, કવચિત ખાવા જેવાં છે એમ આયુર્વેદમાં કહેલું છે. પરંતુ પશ્ચિમમાંથી આ તૂત આવ્યું છે અને પશ્ચિમમાંથી આનો વિરોધ નહિ થાવ ત્યાં સુધી આ માન્યતાને કોણ ડગાવનાર છે? અબજો રૂપિયા પ્રચાર પાછળ ખર્ચનાર માતબર કંપનીઓ, ફાર્મસીઓ, સાયન્સનો સ્વાંગ પહેરાવી નવાં નવાં પેટન્ટ ફૂડો હિંદમાં ઠાલવી રહી છે. વિલાયતી દવાઓ સિવાય આપણા ડૉકટરોને ચાલતું જ નથી.' એટલે રોજ નવીનવી દવાઓ ન આવે તો તેમને પ્રગતિ ઓછી લાગે. ડૉ. કેનેથ વોકર જેવા પ્રખર વિચારક ડૉકટરે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે "Change has been taken to be synonymous with progress and the fabrication of new theories with truth." × Diagnosis of man) નવા નવા વાદો એ જ સત્ય અને દિન પર દિન કંઈક નવીનતા એ જ પ્રગતિ એ આ જમાનાની બલિહારી છે. થોડા રોજ પહેલાં 'ટાઈમ્સ'માં "આર્થ્રાઈટીસની રામબાણ દવા" ઉપર લખાણ હતું. પોતાને પ્રગતિશાળી માનતા એક સદ્‌ગૃહસ્થ તેનાં વખાણ કરવા લાગ્યા, "આ લોકોની શોધોથી તો હવે જગતમાં રોગો જ નહિ રહે" એમ તે બોલવા લાગ્યા. છાપાંવાળાના ગમે તેવા સ્ટંટો આજે સત્યની ઉપાસના

મનાય છે! જે દવાઓના ગુણદોષ કોઈ જાણતું નથી તે પહેલાં વિલાયતી છાપા અને એજન્સીઓ તેનો જબરો પ્રચાર કરી ભલ-ભલાને મોહમા નાખી દે છે હિન્દુસ્થાન આનો સૌ પહેલા ભોગ બને છે પરપ્રત્યયનેય બુદ્ધિવાળા આપણે મૂઢો છીએ એ જ એનુ કારણ છે વિવેકભ્રષ્ટોનો વિનિપાત ભર્તૃહરિએ ઠીક ગાયો છે હિંદના ડૉકટરોને સર જહોન વર્ડ્કે "ઇંગલેન્ડના માનસિક પુત્રો" નું બિરૂદ આપ્યુ છે તે સાચુ નથી શુ ?

ક્ષયની પ્રચડ હોસ્પીટલો સરકાર સ્થાપવા લાગી છે. ૫૦૦ અને ૧૦૦૦ પથારીઓવાળી! કારણ યુરોપ અમેરિકામાં ક્ષયની આટલી પથારીઓ અને હોસ્પીટલો છે જ્યારે હિંદમા નહિ જેવી જ પથારીઓની વ્યવસ્થા છે! યૂરોપઅમેરિકાનુ સામાજિક અને આર્થિક જીવન જ આપણાથી તદ્દન નિરાળુ છે તેમનો ખોરાક આબોહવા મરકાર બધા જ નિરાળા છે આપણે તેની કોપી શે કરી શકીશુ? લોકોને શુદ્ધ દૂધઘી આપવાના પ્રયત્નો કોઈ કરતુ નથી અને આવી ગંજાવર હોસ્પિટલો બાંધે ક્ષય શુ અટકવાનો છે? અમેરિકામા જે જાતની ગજાવર રકમ આશરે સિત્તેર કરોડ ડોલર દર વર્ષે મેડિકલ ખાતા માટે ખર્ચાય છે તેની સરખામણી હિંદ કરવા જશે તો મરે નહિ ને માદુ તો પડશે જ. ભોર કમિટીની અમલી રૂપિયાની યોજના આ લખતી વખતે મારી દૃષ્ટિ સમક્ષ તરવરે છે. પશ્ચિમના અધ અનુકરણ વિના આ બીજુ શુ છે? મોટી હોસ્પિટલો ખોને રોગો અટકે છે એ ખ્યાલ તદ્દન ભૂલભરેલો છે. અરે આ હોસ્પિટલોનો સાચો લાભ પણ ગરીબોને કે સાધારણ સ્થિતિવાળાને કયા મળે છે? અમેરિકામા આટઆટલી ગજાવર હોસ્પિટલો અને લાખોની સખ્યામા નર્સો વગેરે હોવા છતાય 'degenerative diseases–જીવનનો હ્રાસ કરનાર રોગો કૂદકે ને ભૂસકે વધતા જાય છે. અમેરિકાની બધી હોસ્પિટલોના દરદીઓ કરતા માનસિક હોસ્પિ-

and better factories for pharmaceutical products. It depends entirely on imaginntion, on observation of the sick, on meditation and experimentation in the silence of the laboratory." P. 292. માનસિક રેાગેાથી બચાવવા માટે આપણી સરકાર શુ કરે છે ? ઊલટી ચિંતાએા દિન પર દિન વધે એવેા વ્યવહાર ચાલી રહ્યો છે. અને માનસિક કચ્ચરઘાણ એના જેવું કરણ બીજુ કશું જ નથી. અને Imagination કલ્પના-કયા છે ? અને Meditation-ધ્યાનધારણા-કયા છે ? એનેા તેા આજે ઉપહાસ થઈ રહ્યો છે. આ જ એલેકિસસ કેરેાલ કહે છે, "In the absence of concentration, intelligence isunproductive. Once disiplined it becomes capable of pursuing truth" ધ્યાનધારણા સિવાયની બુદ્ધિ એ હંમેશા વન્ધ્યજ રહે છે. આ જ બુદ્ધિને જો સમાધિદ્વારા પૂત કરવામાં આવે તેા પુનિત થયેલ એ બુદ્ધિ પછી 'સત્ય' જોઈ શકશે.

આજે જે ચાલી રહ્યું છે તે જોઇને ચિત્તને ખેદ થાય છે. ગરીબ દેશના કરેાડેા રૂપિયા જરા પણ વિચાર વિના પરદેશીઓને આપવામાં આવે છે અને રસી જેવી ભયંકર વસ્તુઓના હિંદના નિર્દોષ જુવાનેા ઉપર પ્રયેાગ કરવામાં આવે છે !



૨૩ : વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓની યોગ્યતા

આ યુગ જડ યંત્ર જેવો છે. બધું જ યંત્ર માફક ચાલી રહ્યું છે. દર વર્ષે નવી શાળામહાશાળાઓ ખોલાય છે, વિદ્યાર્થીઓ ત્યાં ભણે છે. પરીક્ષાઓ લેવાય છે, ગોખણપટ્ટી ચાલે છે, પરીક્ષાઓ પાસ કરાય છે. હજારો વિદ્યાર્થીઓ પ્રતિવર્ષ બહાર પડે છે, નોકરીએ વળગે છે અને બીજા વ્યવસાયોમાં પડે છે. શણુની મિલમાંથી શણુના કોથળા તૈયાર થઈ નીકળે છે તેમ આજની નિશાળોમાંથી વિદ્યાર્થીઓ નીકળે છે, રવીન્દ્રનાથ ટાગોરે એને કતલખાનાં કહ્યાં છે. લાખો વિદ્યાર્થીઓ યંત્રવત્ બહાર પડતા જાય છે. યંત્ર ચાલવું જ જોઈએ, એને ખોરાક મળવો જ જોઇએ. યંત્રની પેદાશ એ આજની ઓલાદ.

યંત્રવાદ સાથે શિસ્ત, નિયમો વગેરે હોવું જ જોઇએ. સંસ્થાઓ એટલે જ સાર્વજનિક નિયમ. નિયમને વશવર્તી બન્યા સિવાય યંત્ર ચલાવવાં મુશ્કેલ બને. યંત્રની પેદાશ એટલે યંત્રવત્ જીવન-પ્રાણહીન નિસ્તેજ જીવન. આજની કેળવણીનો ફાલ આપણે જોઇએ છીએ એ નિઃસત્ત્વ નિર્માલ્યતા, લઘુતા, ક્ષુદ્રતા, પામરતા, ઉદ્દેશહીન જીવનયાત્રા, જીવન પાથેય સિવાયની એ યાત્રા–પ્રાણનો ઓટ.

પ્રથમ વિદ્યોપાર્જન પાછળ વિશિષ્ટ પ્રયોજન-ધ્યેય હતું. **'सा विद्या या विमुक्तये ।'** મુક્તિ સાધે તેજ વિદ્યા. તે અજ્ઞાન, જડતા, તમસ, માયા વગેરેમાંથી જીવનને છોડાવે. ઈશ્વરાભિમુખ બનાવે, અભીપ્સા જન્માવે એ વિદ્યાનું પ્રયોજન હતું. જીવન સમજ્યા વિના જીવનનાં શાસ્ત્રો ભણે શું વળે? આ જીવન સમજવા માટે જીવન્ત ગુરુઓ હતા. ગુરુઓનું સાંનિધ્ય જીવનને ઊર્ધ્વમુખી બનાવતું. જીવન્ત ગુરુઓ જીવનની સમસ્યાઓ સમજાવતા અને વિદ્યાર્થીઓના પ્રાણને

---

૧. આજની પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ એક રીતે "Institutional Civilization". છે, એમ એક વિદ્વાને કહ્યું છે.

અનસૂયક શબ્દ ધ્યાન ખેચે છે, એટલે ગુરુશિષ્ય બન્ને અનસૂયક જોઇએ. વૈદ્યકનો ધધો કરનારે તો ખાસ કરીને આ ગુણ-કેળવવાની જરૂર છે

अकोपनं—જોતજોતામા ચિડાઈ જનારો અધ્યાપક ન હોવો જોઇએ.

क्लेशक्षमं—સુનાળી જિદગી જીવનારો નહિ, પણ ખડતલ જીવન જીવનાર એવો આચાર્ય હોવો જોઇએ બહુ હોશિયાર First class scholars-મોટે ભાગે પ્રમાદી અને આળસુ હોય છે બુદ્ધિ-મત્તા સાથે આળસુ જીવનનો યોગ સમાજવિચ્છેદક બને છે "A lazy man possessed of brain is dangerous." એક વિદ્વાનનુ આ વાકય ઘણુ જ અર્થવાળુ મને લાગે છે.

शिष्यवत्सलम्—વિદ્યાર્થીઓને પોતાના પુત્રો માફક ગણનાર આચાર્યના જીવનમા પ્રેમનો સ્રોત હશે તો જ તેના પાણી ઊચે ઊડી શકશે અને શિષ્યોને ભિજવી શકશે વિશુદ્ધ જીવન જીવીને આત્મૈ-કયનો જેને અનુભવ થયો હશે તે જ 'પ્રેમ'થી સૌ શિષ્યોને પ્લાવિત કરી શકશે.

ज्ञापनसमर्थम्—પોતે જાણતો હોય તેટલાથી તે આચાર્યપદ માટે યોગ્ય ઠરતો નથી. M A; B T થયો એટલે તે આચાર્ય માટે યોગ્ય ઠરે છે, પરતુ ખરા શિક્ષકો બધા થઈ શકતા નથી. વડોદરા હાઈસ્કૂલમા એકાદ વાડિયા, સયાજી હાઈસ્કૂલવાળા સ્વ. શ્રોફ અને મુમઈવાળા પ્રો વાડિયા જેવા જ્ઞાપનસમર્થ અધ્યાપકો બધા થઇ શકતા નથી શીખવવાની એક કલા છે અને તે ઇશ્વરદત્ત હોઈ બધાને વરતી નથી. પોતે સકલશાસ્ત્રવેત્તા, પર્યવદાત શ્રુતવાન્ હોય પણ સાથે જ્ઞાપનસમર્થ ન હોય તો આચાર્યપદ માટે એની વરણી ન થવી જોઇએ.

આવો ગુણસપન્ન આચાર્ય જ, મેઘ જેમ શસ્ય ગુણોથી સુક્ષેત્રોને શોભાવે છે તેમ વૈદ્યગુણોથી સુશિષ્યને શોભાવનાર

બનશે. (ચરક વિ. ૮) પરંતુ મારે લખવું છે વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓની યેાગ્યતા ઉપર અને મેં લખી નાખ્યું 'આચાર્યપરીક્ષા' ઉપર ! વાંચકોની ક્ષમા ચાહું છું.

ચરકસંહિતામાં શિષ્યેા કેવા હોવા જોઈએ તેનેા સુંદર ફકરેા આપેલેા છે. લંબાણભયને લઈને અહીં તે નથી આપ્યેા. પ્રશ્ન એ છે કે આપણે આયુર્વેદ મહાવિદ્યાલયેામાં કેવા વિદ્યાર્થીઓ લેવા જોઈએ ? ઈન્ટર સાયન્સ, મેટ્રિક પાસ કે મધ્યમા પાસ આ આજની યેાગ્યતા માટે બસ ગણાય છે. પરંતુ બીજી લાઈનેા માટે ગમે તેવા વિદ્યાર્થીઓ ભલે લેવાય પરંતુ આયુર્વેદ જેવા જીવન સાથે સંબંધ ધરાવનારા શાસ્ત્રનેા અભ્યાસ કરનારાઓમાં આથી વિશેષ જોવું જોઇએ.

જેમ બધા ઉત્તમ અધ્યાપકેા થઈ શકતા નથી તેમ બધા ઉત્તમ વૈદ્યો પણ થઈ શકતા નથી. વૈદ્યગુણેાથી યુકત એવા વૈદ્યો તેા જૂજ જ થાય છે, બાકીના ગમે તે પ્રકારે પેાતાનું ગાડું હંકારી રાખે છે. આજે ચિકિત્સાવ્યવસાયની જે દશા જોવામાં આવે છે તે જોતાં કેાઇ વિશેષ લાયકાતવાળા વિદ્યાર્થીઓ આપણે લેવા જોઈએ એમ મને તેા લાગ્યા જ કરે છે. બાકી ડિગ્રીઓ આપીને આપણે સમાજનેા વિધ્વંસ નેાતરી રહ્યા છીએ એમ ઊંડે ઊંડે મને લાગ્યા જ કરે છે.

મારા આ મતનું સમર્થન મને ૧૯૪૦ માર્ચ શનિવારના 'જર્નલ ઓફ અમેરિકન મેડિકલ એસેાસિએશન' ના વિદ્યાર્થીઅંક (Student section) માંથી મળી આવ્યું છેઃ "Some criteria on the selection of medical students" એ નામનેા લેખ Irving S. Gutter: M. D. એ લખ્યેા છે. આ લેખકને પણ આજની વિદ્યાપીઠેામાંથી પ્રતિવર્ષ હજારેા ચિકિત્સકેા બહાર પડે છે, જેમાંના ઘણા ચિકિત્સા જેવા પવિત્ર વ્યવસાયને માટે યેાગ્ય જ નથી હોતા; જેમનાં કાર્યોથી, સમાજમાં એક વખતે

જે ધંધાની પુનિત પ્રતિષ્ઠા હતી અને આજે એટલી જ કુત્સિત અવદશા-અવમાનના થવા લાગી છે તે માટે ખેદ થયેલો છે.

વિદ્યાર્થી વિદ્યાસમાપ્તિને અંતે દ્વિજ અથવા ત્રિજ થાય છે એમ ચરકમાં કહેવામાં આવ્યું છે. આજના વિદ્યાર્થીઓને જો આપણે દ્વિજ આવા અર્થમાં બનાવી શકીએ તો જ તેનું સાર્થક છે. પરંતુ પ્રથમ ગુરુશિષ્યની યોગ્યતા તપાસીને-જાણીને અમુક જ શિષ્યો લેતા. પરિણામે એ સુયોગ્ય શિષ્યો વિદ્યાને શોભાવતા. આજે તો આવું કંઈ ધારણ રહ્યું જ નથી. માર્ક્સ સારા આવ્યા હોય તો તે સહેલાઈથી કોલેજમાં પ્રવેશ પામે છે. લોહીના સંસ્કારોને મહાવિદ્યાલયનું શિક્ષણ એાછું જ બદલી શકે છે? મોટે ભાગે વિદ્યાર્થીઓ બહુ ડાહ્યા કે વિદ્યાવ્યાસંગી નથી આવતા. એથી બીજું કંઈ નહિ તો જ્યારે તેઓ મહાવિદ્યાલય છોડીને જાય ત્યારે આવ્યા તેના કરતા ખરાબ થઈને તો ન જ જાય એ જોવાની તો આપણી ફરજ ખરીને?

તો પ્રશ્ન થશે કે લાયકાત શી: શી રીતે જોવી? ચારિત્રનું માપ શું? પ્રશ્ન બરાબર છે. ચારિત્રની વ્યાખ્યા બાંધવી પણ મુશ્કેલ છે. પરંતુ આ વિષે ચરકે શિષ્યની યોગ્યતા જોવાનાં સૂચનો કરેલાં છે તે ધ્યાનાર્હ હોઈ આપણે એ તરફ જો કંઈ દિશાસૂચન મળતું હોય તો જોઈએ. વિદ્યાર્થી કેવો જોઈએ તે સંબંધી ચરકના શબ્દો **प्रशान्त, आर्यप्रकृतिक, अक्षुद्रकर्मा.** આર્ય શબ્દનું પરિભ્રમ યાદ કરવા જેવું છે. આર્ય એટલે સુસંસ્કૃત મનુષ્ય. a perfect type of civilized being. એના પ્રત્યેક કર્મમાં એનો આર્ય સ્વભાવ જણાઈ આવતો હોય ક્ષુદ્ર કામ કરનારો ન હોય. ભૂખે મરે પણ દરદીઓ પાસેથી યેનકેન પ્રકારેણ પૈસા પડાવનાર ન હોય.

હવે બાહ્ય આકૃતિ જે ખરી રીતે આંતર સ્વભાવની દ્યોતક છે તે સંબંધી કહેવામાં આવે છે. જીભ પાતળી લાલ અને સ્વચ્છ હોય. **अविकृतदन्तौष्ठम्** દાંત અને હોઠ સુંદર હોય,

धृतिमान्, अनहंकृतं, मेधाविनं वितर्कस्मृतिसंपन्नम्, उदारसत्त्वं, तद्विद्यकुलजम् अथवा तद्विद्यवृत्तं—વૈદ્યના કુલમાં જન્મેલો કે આદર્શ વૈદ્યને છાજે એવા ચારિત્રવાળો. तत्त्वाभिनिवेशिनं—જીવનના અમુક આદર્શો, ધ્યેય ઇત્યાદિ તરફ જેનો અભિનિવેશ attachment હોય. शीलशौचआचारअनुरागदाक्ष्यप्रादक्षिण्योपपन्नं-શિલ-ચારિત્ર; શૌચ-બાહ્યાન્તર પવિત્રતા; આચાર conduct-behaviour; અનુરાગ પ્રેમાળ; દાક્ષ્ય-કોઈ પણ ક્ષણે પોતાનું કામ કરવામાં તત્પર; अलुब्धं-अनलस-લોભિયો નહિ; આળસ વિનાનો; सर्वभूतहितैषिणं—સર્વભૂત-પ્રાણીમાત્રના હિતની એષણાવાળો.

ઉપરોક્ત શિષ્યપરીક્ષામાં ઘણું કહેવામાં આવ્યું છે.

(૧) વિદ્યાર્થીનું કુલ Heredity જાણવાથી ઘણું જાણવાનું મળી રહે. જેના કુલમાં સદાચાર, દયા, પરોપકાર ઇત્યાદિ સદ્દગુણો જાણીતા હોય તે કુલમાંથી વિદ્યાર્થી લેવો જોઇએ. કુલના સંસ્કારોનું પરિબલ ખાસ લક્ષ્યમાં લેવું જોઈએ. કુલવાન સાથે તેનું પોતાનું વૃત્ત-ચારિત્ર પણ સારું જોઇએ. તદ્વિદ્યકુલજ અને તદ્વિદ્યવૃત્ત આ બન્ને શબ્દો પાછળનો ભાવ આનુવંશિક સંસ્કારોની જીવન ઉપર શી અસર થાય છે તે બતાવવા બસ છે.

(૨) અનહંકૃત-Intense humility.

(૩) સર્વભૂતહિતૈષિણં-Intense humanity. પ્રાણિમાત્રના આત્માને પોતાના આત્મા તુલ્ય માનનાર; સર્વભૂતાત્મભૂતાત્મા.

(૪) મેધાવી, વિતર્ક અને સ્મૃતિસંપન્ન, ઉદારસત્ત્વવાળો, Cultural Instincts વાળો. વિશાળ વાંચન, અનેક શાસ્ત્રોના પરિચયની જિજ્ઞાસા.

(૫) મુખ, નાસા, હોઠ, જીભ વગેરે જેનું અવિકૃત હોય, ૨-વિદ્યાર્થીઓનાં શરીર સુડોળ, અધરોષ્ઠ લાલ, નાક સીધું, જીભ

પાતળી રતાશ લેતી, આ લક્ષણો એના ચારિત્ર્ય Character સાથે સબંધ ધરાવનારા છે.

વૈદ્યક વિદ્યાર્થીનું વાચન વિશાળ જોઈએ વૈદ્યકશાસ્ત્ર એવુ છે કે અનેક શાસ્ત્રો સાથે નિકટનો સબધ છે સમાજશાસ્ત્ર, અર્થશાસ્ત્ર, રાજકારણ, ઇતિહાસ, પુરાણ–પુરાતત્ત્વ, કાવ્ય, સાહિત્ય, કલા, સ્થાપત્ય, રસ–મીમાસા, સાહિત્ય–આ બધા વિષયોનો એને ગોખ હોવો જોઇએ. "Medical man who is all cold crystaline science is like a body without soul." કેવળ વૈદ્યુ જ કરી જાણનારો, બીજાં શાસ્ત્રો સાથે જરાકેય નિસ્બત વિનાનો વૈદ્ય સમાજમા માન પામતો નથી વૈદ્યનો અર્થ જ જ્ઞાનવાન એવો છે. વૈદ્ય વિદ્વાન અને બહુશ્રુત જ જોઈએ.

આયુર્વેદનો પાર નથી આયુષનો પાર પમાતો હોય તો આયુર્વેદનો પમાય. આયુર્વેદ સાથે ઘણા શાસ્ત્રોનો સબધ છે આ બધા શાસ્ત્રોનો તેને પરિચય હોવો જોઇએ "The healing art needs all talents, a composite of intellectual power." એક વિદ્વાન યોગ્ય જ કહે છે કે– "Built as it is on many branches of science using every atom of knowledge that can be harnessed the only hope that medicine has for permanace lies in well merited public confidence, otherwise we may become mechanics, record clerks and laboratory technicians with the punch card system disgorging the diagnosis and indicating treatment of ou plan of selecting medical students is weak i because of shortsightedness, we are drifting int a system." આયુર્વેદનો પ્રજામા વિશ્વાસ ફેલાવવો હોય તો વૈદ્યોએ પોતાના ગુણોનો, આત્મસપત્તિનો વિકાસ કરવો જોઇએ Hea

and Head both—ભાવના અને વિદ્યા બન્નેથી અલંકૃત વૈદ્ય સમાજમાં ગૌરવવન્તું સ્થાન પામી શકશે. કોઈનું અંધ અનુકરણ નહિ, પરંતુ પોતીકું જે સારું હોય તેનો સમજપૂર્વકનો ઉપયોગ કરતાં તેને આવડવું જોઈએ. પશ્ચિમનું અંધ અનુકરણ આપણને યંત્ર જેવા જડ અને પ્રાણહીન 'સિસ્ટમ' જેવા બનાવી મૂકશે. ભારતીય આત્મા અને પશ્ચિમની કાર્યપદ્ધતિ–આ બન્નેનો સુમેળ જે સાધશે એ સમાજમાં જરૂર પૂજાશે જ.

વૈદ્યક વિદ્યાર્થી 'આર્યપ્રકૃતિ' વાળો હોવો જોઈએ. ડૉ. ઇરવિંગ કહે છે–"Does the student possess what is termed fundamental honesty and integrity? If he lacks sound moral worth, the effort expanded on him will be worse than wasted. **We may be guilty *of endorsing with a diploma a menace to* society."**

પ્રમાણિકતા, સચ્ચાઈ, સહૃદયતા–આ ગુણો જો વૈદ્ય થનાર વિદ્યાર્થીઓમાં ન હોય તો, એવા ઉપર મહેનત કરવી એ ધૂળ ઉપર લીંપણ જેવું લેખાશે, અને એવા અપ્રમાણિક ચિકિત્સકોને આપણે ડિગ્રી આપી સમાજમાં છુટ્ટા મૂકીશું તો સમાજનો વિધ્વંસ ચોક્કસ જ આવશે. આ જ ડૉકટરના અંતિમ શબ્દો આ રહ્યાઃ–

'More than any other, the medical adviser must personify honour, steadfastness and truth for every sick individual is a trust that cannot be betrayed."

અર્થ માટે નહિ, કામ માટે નહિ, પરંતુ ધર્મ માટે ચિકિત્સકે ચિકિત્સામાં પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. જીવિતદાન જેવું બીજું એકેય મહાપુણ્ય નથી. પૈસા કમાવા હોય તો આ ધંધામાં ન જ પડવું જોઈ

આપણામાં 'સ્વગુણસંપત્' હશે તો ભગવાન યોગક્ષેમ જરૂર વહન કરશે જ એવી નિષ્ઠા રાખવી જોઈએ. આ ધંધામાં લબાડગીરીને સ્થાન ન હોય. હરીફાઈ, અસૂયા, આતુર-દોહન, ભોગલાલસા આ બધું ચિકિત્સક થનારમાં ન હોવું જોઈએ. ડૉક્ટરનું અનુકરણ વૈદ્યોએ કરવા જેવું નથી. આયુર્વેદનો પ્રાણ જુદો છે. એની પાછળ જીવન્ત ભાવના છે. ડૉક્ટરી વિદ્યા યંત્રવત્ જડ છે, એમાં ભાવના નથી. એમાં જે વધુ પૈસો કમાય છે તે વધુ મોટો ગણાય છે, આપણામાં ત્યાગ અને સન્યાસથી મોટાઈ મપાય છે. (હાલ નથી મપાતી એ જુદી વાત છે. આદર્શ તો આપણો એ જ છે.) ભૂતદયા એ પરમધર્મ છે એમ માનનારાઓએ જ આ લાઈનમાં પડવું જોઈએ. આવા જ વિદ્યાર્થીઓની વરણી થાય તો જ આયુર્વેદવિદ્યા વીર્યવતી બનશે.

વિદ્યાર્થી મેધાવી હોવો જોઈએ તેની સાથે તે ખડતલ, ઉદ્યોગી હોવો જોઈએ. પ્રમાણિકતા, સ્વમાન, દયા, શિષ્ય જીવનની અભિલાષા, ઇતર શાસ્ત્રોનું અવગાહન આ બધું જોઈને જ વિદ્યાર્થીઓ લેવાવા જોઈએ.

આગળ ગુરુઓ વિષે વક્તવ્ય આવી ગયું છે. આવા વિદ્યાર્થીઓ જોઈતા હોય તો ગુરુઓએ પણ પોતાની અધ્યાત્મ-સંપત્ વધારવી જ પડશે. ડૉક્ટર થવું એ મને સહેલું લાગે છે, પરંતુ વૈદ્ય થવું એ ઘણું મુશ્કેલ કાર્ય છે. વૈદ્યને ઉભયવિદ થવાનું છે, આત્મસંપત્ ખીલવવાની છે. સર્વભૂતહિતૈષી થવાનું છે. આ બધું તપ, તિતિક્ષા, આર્જવ, અનસૂયા ઇત્યાદિ ગુણોની અપેક્ષા રાખે છે.

ગુરુઓએ ગૌરવવન્તુ સ્થાન મેળવવું હોય તો તેઓએ 'યોગી' થવું જોઈએ. 'યોગી' શબ્દથી ભડકવાનું પ્રયોજન નથી. કૌશલ્ય, ચિત્તવૃત્તિનિરોધ, આ બે સિવાય કોઈને ખરી મહત્તા મળી છે ખરી? Genius means 90 p c. perspiration and 10 p. c. inspiration. મહાનુભાવતા એ તપ માગે છે તપમાંથી નિષ્પન્ન

ચતી શક્તિઓના અવિર્ભાવ સિવાય આજના યંત્રવત્ જીવનમાં પ્રાણ નહિ જ આવે. આવા ગુરુઓ શિષ્યોના પિતાતુલ્ય, માતાતુલ્ય અને પૂજ્ય બનશે. વિવેકાનંદ જેને 'Quickening impulse' કહે છે તે જો ગુરૂમાં નહિ હોય તો વિદ્યાર્થીઓમાં પણ ઉદાત્ત ગુણોની ખીલવણી નહિ જ આવે.

ભગવાન ભારતભૂમિમાં સાચા ગુરુઓ અને પ્રાણવાન શિષ્યો પ્રગટાવો. આજની અમારી પામર દશામાં બન્નેની ખૂબ જ જરૂર છે



૨૪ : ગુજરાતની વનસ્પતિઓ

વનસ્પતિઓનો મહિમા

ઇમર્સન કહે છે : '*Trees are imperfect men.*' અર્થાત્ વૃક્ષો એ અપૂર્ણ માનવીઓ છે. આપણા પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓને તરુમહિમાની સારી પિછાન હતી. 'તરુ' શબ્દ જ કેટલો અર્થપૂર્ણ છે! तरन्ति आपदं अनेन इति तरुः।[1] અર્થાત્ જેના વડે મનુષ્યો દુઃખ તરી જાય એ તરુ–ઝાડ. આ એક જ અર્થમાં તરુમહિમાના અનેક ગ્રંથોનો નિષ્કર્ષ આવી જાય છે.[2]

હિંદુ સંસ્કૃતિનો વિસ્તાર વૃક્ષપ્રચુર વનમાં થયો છે. કવિવર રવીન્દ્રનાથ ઠાકુર હિંદુ સંસ્કૃતિને 'તપોવનની સંસ્કૃતિ'[3] કહે છે

---

૧ અમરકોષના ટીકાકાર ક્ષીરસ્વામીએ આ વ્યાખ્યા આપેલી છે.

૨. એક અંગ્રેજ ગ્રંથલેખકે પણ વૃક્ષો માટે નીચેના ઉદ્ગારો કાઢ્યા છે.
"Soil formers, soil fixers, soil improvers, prveventers of floods, sanitary agents, suppliers of natural blessing. and beautifiers of the earth."

૩ જુઓ 'Message of the Forest' નામનું એમનું મનનીય વ્યાખ્યાન.

અને તે યેાગ્ય જ છે. જેટલું ઊંચું સ્થાન વૃક્ષોને હિંદુ સાહિત્યમાં અપાયેલું છે એટલું બીજી કેાઈ પણ પ્રજાના સર્દ હૃત્યમા અપાયેલું નથી. અને હેાય પણ કયાથી ? બીજી પ્રજાઓની સંસ્કૃતિનેા વિસ્તાર વનમા નથી થયેલેા. મદની માફક પ્રેયને નહિ પણ વીરની માફક શ્રેયને જ ઇચ્છનારા આર્યો જીવનરહસ્યના અટપટા કેાયડા ઉકેલવાને વનમાં જ સિધાવ્યા હતા. હિંદુ સંસ્કૃતિનું ચિત્ર જ્યારે કેાઈ કલાકાર દેારશે ત્યારે તેને વન વિના નહિ ચાલે.

અતિથિ પધારે ત્યારે તેની કુશળતા સાથે વૃક્ષોની કુશળતા પણ હિંદુ કવિઓ જ પૂછે. વરતંતુશિષ્ય કૌત્સને કુશલ સમાચાર પૂછતાં રઘુ 'સુતનિર્વિશેષ આશ્રમપાદપેા'ની ખબર પૂછે છે.૪

અને વૃક્ષોને વંદન પણ હિંદુ કવિઓ જ કરે.

જર્મન, ગ્રીક અને રોમન જેવી પ્રાચીન પ્રજાઓ પણ વૃક્ષોની ભક્ત હતી. પ્રાચીન જર્મન કાયદામાં ઝાડની છાલ ઉતારનારને દેહાતદંડની શિક્ષા ફરમાવવામાં આવતી. ગ્રીક અને રોમનને મન પવિત્ર એવા સાઇપ્રિસ વૃક્ષના કોઈ પણ અંગનું છેદન કરનાર વ્યક્તિને આકરામાં આકરો દંડ ભોગવવો પડતો. રોમના ફોરમમાં–રોમન સંસ્કૃતિના કેન્દ્રસમા સ્થળમાં–રોમની સ્થાપના કરનાર રોમ્યુલસે અંજીરનું ઝાડ વાવ્યું હતું. જ્યારે એ ઝાડ કરમાઈ ગયેલું ત્યારે આખી પ્રજા વિચારમાં પડી ગઈ હતી. ફિનલેંડમાં કેટલાંક વૃક્ષો અદ્યાપિ પવિત્ર મનાય છે.

વર્તમાન પરિસ્થિતિ

પણ અત્યારે આપણાં વનોની—વૃક્ષોની શી દુર્દશા છે! અદ્રિતનયાએ પોતાના હૃદયનો રસ પાઈને દેવદારુને ઉછેર્યું હતું. હાલ વૃક્ષારોપણ માટે આવી ધગશ કોનામાં છે! વૃક્ષની છાલ ખરાબ રીતે ઉઝરડાયેલી જોઈને ગુજરાતના વનસ્પતિશાસ્ત્રી સ્વ. જયકૃષ્ણભાઈની આંખોમાં આંસુ ઊભરાતાં આ લેખકે પ્રત્યક્ષ જોયાં છે. પણ ફોરેસ્ટ ઑફિસરોને કે અન્ય કોઈને એની કશીયે પડી નથી. અત્યારે પ્રતિવર્ષ લાખો ઝાડો કપાઈ રહ્યાં છે, લીલોછમ દેશ–શસ્ય સ્યામલ ભારત–આજે ઉજ્જડ બનવા લાગ્યો છે. પંચમહાલના ઘાટાં જંગલો હાલ કયાં છે? પાવાગઢની વિપુલ વૃક્ષરાજિ અત્યારે નથી એમ કહું તો કોઈ અત્યુક્તિ ન ધારે. ડાંગનું વિશાળ જંગલ કોઈ કુશળ વનરક્ષક વિના ઝાંખરાના જંગલ જેવું ભાસે છે. જે ઓખામંડળમાં ગુગળનાં લાખો ઝાડ અને કંટાળા થોરનાં વન હતાં તે ઓખામંડળમાં હાલ દાતણો કરાંચીથી સ્ટીમરમાં આવે છે! કાઠિયાવાડ અને કચ્છ વૃક્ષહીન થયાં છે! વનવિદ્યા (Forestry)ના એકાદ નિષ્ણાત ભક્તની ગૂજરાત રાહ જોઈ રહ્યું છે. ગૂજરાતની વનશ્રી ખંડિત થઈ છે. ગૂજરાત–કાઠિયાવાડનો દરિ-

યાકિનારો કોઇ કુશળ marine engineer વિના કદરૂપો દીસે છે. આપણા રાજાઓને અને શ્રીમંતોને આખો જ કયા છે કે તેઓ આ સંહારલીલા જુએ અને વિચાર કરે ! શિકારના શોખીન રાજાઓ પણ હવે કયા રહ્યા છે કે તે નિમિત્તે પણ જંગલો સચવાય !

વૃક્ષારોપણ

"આપણા પ્રાચીન ઋષિઓએ પંચમહાભૂતોમાં પાર્થિવ તત્ત્વને પ્રધાનપદ આપ્યું છે. કારણ એના ઉપર જ સર્વ સૃષ્ટિનો આધાર છે. પરમ ભૂત–પાર્થિવ તત્ત્વને એક છેડે માટી છે અને બીજે છેડે મનુષ્ય છે. આ નિર્જીવ પૃથ્વી સજીવ પ્રાણીઓને અને સર્વશ્રેષ્ઠ માનવજાતને અન્ન આપે છે. એ જીવનવિહીન પૃથ્વી અને પ્રાણી વચ્ચેનો સેતુ વનસ્પતિ–ઔષધિ અને વૃક્ષ છે. સર્વ પ્રાણીઓ પૃથ્વીનો રસ લઈ ને જ જીવે છે, પણ એ બધો રસ વનસ્પતિદ્વારા મળે છે. જો વનસ્પતિદ્વારા એ ન મળે તો સીધી રીતે પૃથ્વીને ચૂસીને પોતાનું જીવન નિભાવી શકે એવી પ્રાણીઓની અને મનુષ્યની શકિત નથી. ફળ, મૂળ, ઘાસ, ગાયનું દૂધ એ બધાની ઉત્પત્તિ વનસ્પતિમાંથી જ છે—પૃથ્વીમાતાનો પ્રાણરસ, વનસ્પતિદ્વારા લઇને પોતાનું જીવન ચલાવે છે.

"પરંતુ એ વનસ્પતિનો આપણે આહાર દ્વારા જ નહિ પણ બીજા સંહારકાર્યોથી નાશ કરીએ છીએ, અને એ નાશના પ્રમાણમાં આપણે એનો ઉછેર કરતા નથી. આપણાં ઘર, ઇંધન વગેર વનસ્પતિમાંથી જ મેળવીએ છીએ. જે જે દેશોમાં અરણ્યો નષ્ટ થયેલાં છે તે તે દેશોમાં વૃષ્ટિ ઓછી થયેલી છે. એ દેશના પંડિતોએ તેમને ચેતાવેલા કે તમો વનસ્પતિનો ઉછેર કરો, નહિ તો વરસાદ ઓછો થવાને લીધે સમસ્ત દેશ મરુભૂમિ થઇ જશે–એ તમારું મૃત્યુસંકટ છે. એમણે આ મૃત્યુસંકટ ટાળવાના ઉપાય તરીકે ત્યાંના વિદ્યાલયના ર્થીઓને પ્રત્યેક વર્ષ એકેક વૃક્ષ રોપવાની સૂચના કરી અને

પ્રજામાના દરેકને ઉત્સવ પ્રસંગે એકેક ઝાડ રોપવાનો નિયમ ઠરાવ્યો આમ અનેક પ્રકારે વનસ્પતિની પુનપ્રતિષ્ઠા થવાથી, એ દેશમા વરસાદ પાછો વધવા લાગ્યો છે આપણે પણ અત્યારથી સાવધાન નહિ થઈએ તો આપણુ મૃત્યુ સમીપ આવતુ જાય છે રાજપૂતાનાની પાસેનુ બ્રહ્માવર્ત—સરસ્વતી અને દશદ્વતીની વચમાનુ બ્રહ્માવર્ત—પહેલા નદી અને વનસ્પતિઓથી ભરેલુ હતુ અને તેથી જ બ્રહ્માવર્તને આર્યાવર્તનુ મુખ્ય સ્થાન ગણેલુ છે તેને સમસ્ત તીર્થોમા આદિતીર્થ ગણેલુ છે પરતુ જગલનો નાશ કરવાથી તેજ બ્રહ્માવર્ત આજ મરુભૂમિ થઈ પડયુ છે એ રણે મરૂસ્થાણા અને કનોજપર્યત આક્રમણ કર્યુ છે અને અહી પણ ધીરેધીરે વૃષ્ટિ કમી થવાથી રણ આગળ વધે છે આ અવસ્થામા મૃત્યુ ઉપર પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવાનો મુખ્ય ઉપાય વનસ્પતિને ઉછેરવાનો છે કેટલાય દેશ મૃત્યુ ઉપર વિજય મેળવવાને કમર કસીને મહેનત કરી રહ્યા છે, અને તેમા કેટલાકે વિજય મેળવ્યો છે જે ભારતવર્ષમા ઋષિઓએ વનસ્પતિને આશ્રયે જ આશ્રમો અને મદિરો સ્થાપેલા અને સાધના કરેલી અને જે દેશમા વનસ્પતિ પૂજ્ય ગણાય તે પવિત્ર પ્રાચીન દેશ વનસ્પતિ ઉછેરવામા પાછળ પડશે ?'[1]

ગૂજરાતમા વનસ્પતિઓ ઉપરનુ સાહિત્ય

ગૂજરાતમા હજારો જુદી જુદી જાતની વનસ્પતિઓ થાય છે, પણ શોકની વાત છે કે, કોઈ પણ દેશી યા પરદેશી વિદ્વાને ગૂજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર એક પણ પુસ્તક લખ્યુ નથી યુરોપિયન વનસ્પતિશાસ્ત્રીઓએ (એકાદ બે હિદી વનસ્પતિશાસ્ત્રીઓના અપવાદ સિવાય) હિદુસ્તાનના ઘણાખરા પ્રાતોની વનસ્પતિઓ ઉપર નાના મોટા ઘણા પુસ્તકો લખ્યા છે ડેવિડ પ્રેઈનનુ 'બેગાલ પ્લેન્ટસ'

---

૧ શાતિનિકેતનના પ્રિન્સિપાલ શ્રી ક્ષિતિમોહન સેનનુ વૃક્ષારોપણ નિમિત્તે કરેલુ પ્રવચન—'પ્રસ્થાન' પુસ્તક ૧, અક ૩

દૂધીનું 'ગેજેટિક ફ્લોરા,' હેઈન્સનો 'ફ્લોરા આફ ધી સેન્ટ્રલ પ્રોવિન્સિસ,' ગેમ્બલનો 'ફ્લોરા ઓફ મદ્રાસ,' કર્નલ બેમ્સનો 'પંજાબ પ્લેન્ટસ,' કોલેટનો 'ફ્લોરા સીમલેન્સિઝ,' બર્કીલનો 'ફ્લોરા ઓફ બલુચિસ્તાન,' રાયબહાદુર ઉપેન્દ્રનાથ કાંજીલાલકૃત 'ફ્લોરા ઓફ આસામ,' કવેમોટ અને રૉયલકૃત 'પ્લેન્ટસ ઓફ કાશ્મીર' વૉલાસ અને બર્કીલકૃત 'પ્લેન્ટ્સ ઓફ નેપાલ' મર્કીન અને સ્મીથકૃત 'પ્લેન્ટસ ઓફ ભુતાન એન્ડ સીકીમ,' મુરેનું 'પ્લેન્ટસ એન્ડ ડ્રગ્ઝ ઓફ સિન્ધ,' થિયોડર કૂકનો 'બોમ્બે ફ્લોરા,' ડાલઝેલનો 'બોમ્બે ફ્લોરા,' 'નેઈર્નનું 'ફ્લાવરિંગ પ્લેન્ટસ ઓફ વેસ્ટર્ન ઈંડિયા,' રેન્ડ-બ્લોટનો 'ફ્લોરા ઓફ બોમ્બે પ્રેસિડન્સી'–ઈત્યાદિ સાહિત્યમાં ગુજરાતનું નામ નથી એ જોઈ કયા ગુજરાતીને નહિ લાગી આવે? જો આપણે કચ્છને ગુજરાતમાં ગણીએ–અને તે ગણવું જ જોઈએ–તો ફાધર બ્લેટરે 'જરનલ ઓફ બોમ્બે નેચરલ હિસ્ટરી સોસાયટી'ના બીજા વાલ્યુમમાં 'પેપર્સ ઓન ઈંડિયન બોટની' એ નામના લેખમાં કચ્છનો ફ્લોરા આપેલો છે એ વિદ્વાને એ જ રીતે પંચગીની અને સિંધના ફ્લોરા લખ્યા છે બોમ્બે ગેઝેટિયરના બોટની વૉલ્યુમ ૨૫ મા 'ગુજરાત ટ્રીઝ' વિષે એક નજીવું પ્રકરણ છે એમાં ફક્ત મુખ્ય એવા ૧૬૪ ઝાડોની નોંધ છે આ સિવાય અંગ્રેજીમાં કે ગૂજરાતીમાં ગુજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર એક પણ સ્વતંત્ર પુસ્તક નથી

ગિરનાર અને ગિરના જંગલોના ફ્લોરા (ફ્લોરા એટલે સપુષ્પ વનસ્પતિઓનો સંગ્રહ) હજી કોઈએ લખ્યો નથી આબુ, પાવાગઢ રાજપીપળા હિલ્સ, ડાંગના જંગલ, વાંસદાના જંગલ–એ બધાના 'ફ્લોરા' હજી કોઈએ લખ્યા નથી આ ક્ષેત્ર તદ્દન અક્ષુણ્ણ જ રહ્યું છે આ અક્ષુણ્ણ પથ ઉપર વિજયી પ્રસ્થાન કરનાર એમના એક ગુજરાતના ગૌરવરૂપ સ્વ જયકૃષ્ણભાઈ ઇન્દ્રજી પૂજ્ય જયકૃષ્ણભાઈએ બરડા ડુંગરની જડીબુટ્ટીઓ અથવા **વનસ્પતિશાસ્ત્ર**' અને '**કચ્છની**

જડીબુટ્ટીઓ ' આ બે કીમતી પુસ્તકો લખ્યા છે આ બે પુસ્તકો માટે ગૂજરાત જરૂર ગર્વ લઇ શકે છે ગૂજરાતના દુર્ભાગ્યે એ મહા પુરૂષ હવે આપણી વચમા રહ્યા નથી–દેવલોક પામ્યા છે વનસ્પતિના અભ્યાસ પાછળ એ મહાપુરુષે ભેખ લીધો હતો

"વનસ્પતિશાસ્ત્ર"

સ્વ જયકૃષ્ણ ઇદ્રજીકૃત આ ચિરંજીવ ગ્રથ ગૂજરાતી સાહિત્યની શોભારૂપ છે હિદુસ્તાનની કોઈ પણ પ્રાતિક ભાષામા હજી સુધી આવો સુદર ગ્રથ કોઈએ લખ્યો નથી આ ગ્રથ એમના વનસ્પતિશાસ્ત્રના જ્ઞાનના નિષ્કર્ષરૂપ છે એમાની દરેક વનસ્પતિનુ વર્ણન એ વનસ્પતિ આગળ બેસીને જ લખાયેલુ છે પાન, ફૂલ બીજ, પુકેસર, સ્ત્રીકેસર સ્ત્રીકેસરાગ્રમુખ પરાગ–ઇત્યાદિનુ સૂક્ષ્મ નિરીક્ષણ આપણને આશ્ચર્યમા ગરકાવ કરે છે ટૂકમા કહુ તો એ બેનમૂન ગ્રથની લીટીએ લીટીએ ચોક્કસતા છે, અપૂર્વતા છે, રસિકતા છે કેટલીક સદિગ્ધ વનસ્પતિઓનો એમા પહેલી જ વાર નિર્ણય થયેલો જોવામા આવે છે અગ્રેજ વિદ્વાનોના ગ્રથોને ભુલાવે એવો આ અપૂર્વ ગ્રથ જોઇને હરકોઈ ગૂજરાતીની છાતી ઊછળે

તેમનો બીજો ગ્રથ 'કચ્છની જડીબુટ્ટીઓ' એ પણ અનેક દૃષ્ટિએ મૂલ્યવાન ગ્રથ છે એ ગ્રથરત્નના મૂલ્ય હજી સુધી કોઈ ગુજરાતી ઝવેરીએ મૂલવ્યા નથી ગૂજરાતના એ લિનિયસને આપણા સર્વના વદન હો!

વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પરિચય

વનસ્પતિશાસ્ત્ર (Botany) એ ઘણ જ સુદર સાયન્સ છે સાયન્સમાત્ર સુદર છે, પણ વનસ્પતિશાસ્ત્ર જેવુ રસિક, સહેલાઈથી શીખી શકાય એવુ, અગત્યનુ સાયન્સ બીજુ નથી વનસ્પતિશાસ્ત્રનુ અતિમ ધ્યેય શુ એ પ્રશ્નનો ઉત્તર એક યુરોપીય વિદ્વાન નીચે પ્રમાણે આપે છે —

"સરજનહારે સર્જેલા એક મહાન વિભાગ સાથે સસર્ગમા આવવુ, બુદ્ધિપુરસરના અવલોકનથી તેના વિવિધ રૂપોને નિહાળવા,

દૃષ્ટિ અને વિવેકશક્તિનો ઉપયોગ કરીને તેના સ્વરૂપના સૌષ્ઠવને શિક્ષિત મનોવૃત્તિથી નિહાળવું, તેમાં રહેલા સૌંદર્યને સાચી રસવૃત્તિથી પિછાનવુ—આ બધાને વનસ્પતિશાસ્ત્રના અંતિમ ધ્યેય તરીકે ગણી શકાય.

"પાનનું પૂર્ણ સ્વરૂપ, પુંકેસરની મૃદુતા, ડાડી ઉપરના નાનાં નાનાં બિંદુઓ, તે પ્રત્યેક બિંદુનું જાણવા યોગ્ય રહસ્ય, અદ્‌ભૂત નિયમિતતાથી થતું પ્રત્યેક વનસ્પતિનું ઘટન (Organisation) અને સંવર્ધન—આ બધું જાણવા અને જોયા પછી પ્રભુના અનંત અને અગાધ જ્ઞાન માટે ખરેખરું માન અને સાચી ભક્તિ પ્રગટે છે અને જીવન ઉદાત્ત બને છે.

"જ્ઞાનના ઝળકારાથી અંજાઈ ગયેલા આ જમાનામાં અને વધુ સ્પષ્ટ કહું તો અનેક અનુપયોગી બાબતોથી કલુષિત થયેલા આજના વાતાવરણમાં, વિચાર કરવાની શકિત જરા પણ વધી નથી છતાંયે, નાનીમોટી અનેક વસ્તુઓનો વિચાર કર્યાં કરવાથી ઉત્પન્ન થતા શારીરિક અને માનસિક શ્રમને લીધે પણ આરામની જરૂર તો જણાય છે જ. આવે વખતે વનસ્પતિના સૌન્દર્યનું પાન કરવાની જેને ટેવ પડી ગઈ હોય તેવાઓને માટે તો એ ટેવ-લત-ખરેખર વિશ્રામસ્થાનરૂપ થઈ પડે છે. ખળખળ વહેતા ઝરાઓના કલકલ નિનાદ, અગણિત પક્ષીઓનું મધુર સંગીત, પવનની લહરીથી હાલી ઊઠતાં લાખો પાંદડાંમાંથી નીપજતું સુમધુર સંગીત, 'લીલાંછમ પલ્લવમાં હરતો વાયુ'—આ બધું શ્રમિત હૃદયને સાંત્વન આપવા માટે પૂરતું છે. પ્રકૃતિ માતા પોતાના પુસ્તકનું સ્વયં ઉદ્‌ઘાટન કરી તેનાં ચિત્રવિચિત્ર તેજસ્વી પૃષ્ઠોને એક પછી એક ફેરવીને વિશ્વ-નિયંતા પરમાત્માની અનંત અને અમેય શક્તિઓનો આપણને પરિચય કરાવે છે."[1]

---

1 A Hand-book for use in the Jungles of Western India, by F. Jell પ્રસ્તાવના.

સાહિત્યમાં વનસ્પતિઓનું સ્થાન

વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પરિચય આપણા સાક્ષરો અને કવિઓને અવનવી કલ્પનાઓ સ્ફુરાવશે, આપણા ચિત્રકારોની દૃષ્ટિમાં અજબ પરિવર્તન સાધશે, આપણા કારીગરોની કારીગરીમાં વૈવિધ્ય પ્રેરશે. સંસ્કૃત સાહિત્યમાં વનસ્પતિના ઉલ્લેખો અગણિત છે, ત્યારે ગુજરાતી સાહિત્યમાં વનસ્પતિના વર્ણનનો સાવ જ અભાવ કેમ છે? પ્રાચીન કવિઓનાં કર્ણિકાર, અશોક, સપ્તપર્ણ, સલ્લકી, ઇંગુદી, મધૂક, બકુલ, કામલ, મુનિદ્રુમ—આ ઝાડોને અત્યારે ગુજરાતમાં કયો સાક્ષર ઓળખે છે? અશ્વઘોષના 'બુદ્ધચરિત'માં કર્ણિકાર (**गजभग्ना इव कर्णिकारशाखाः**) નો શ્લોક વાંચનારા કદીયે કર્ણિકાર[1] કયું ઝાડ હશે તે શોધે છે ખરા? **प्रस्निग्धाः क्वचिदिङ्गुदी**[2]**फलभिदः सूच्यन्त एवोपलाः** । (શાકુંતલ). ઈંગુદીનું વૃક્ષ જોવાની ઇચ્છા સાક્ષરોને જન્મી છે ખરી? **प्रसवैः सप्तपर्णानां**[3] **मदगन्धिभिराहताः । असुययेव तन्नागाः सप्तधैव प्रसुस्रुवुः** (રઘુવંશ). એ સપ્તપર્ણનાં મદગન્ધિ પુષ્પો જોવા કયા સાક્ષરનું કુતૂહલ ઉદ્દામ બન્યું છે? **पत्राणामिव शोषणेन मरुता स्पृष्टा लता माधवी**[4] (રત્નાવલી નાટક). આ માધવીલતાનાં પુષ્પ જોઇને

---

૧ કર્ણિકાર એટલે ગરમાળાનું ઝાડ (Cassia fistula) વધુ સ્પષ્ટતા માટે જુઓ 'નિઘંટુ આદર્શ' પૂર્વાર્ધ પા. ૪૧૮.

૨ ઈંગુદિ એટલે ઇંગોરિયાનું ઝાડ, જેનાં ફળની ગામડાના લોકો મોઈ બનાવે છે. ઇંગોરિયો—(Balanites Roxbvrghii.)

૩ **सप्तपर्ण** એટલે સાતવીન. કોંકણમાં ખૂબ થાય છે. શીમળા **शाल्मलि** જેવાં પણ સાત પાનવાળું ઝાડ—લેટીન નામ Alstonia Scholaris.

૪ **माधवीलता** બરાબર આંબા જેવાં પાનવાળી અને અતિશય સુગંધી પુષ્પોની મોટી વેલ. Hiptage madublota.

કયા કવિએ પોતાના હર્ષને કાવ્યમા વ્યક્ત કર્યો? **मुनिद्रुमः**[1] **कोरकितः सितद्युतिः वनेऽमुनामन्यत सिंहिकासुतः** (શ્રી હર્ષ). આ મુનિદ્રુમ શું હશે? **सीतादेव्याः स्वकरकलितैः सल्लकीपल्लवाग्रैः। अग्रे लोलः करिकलभको यः पुरा वर्धितोऽभूत्॥** અને **शिशिरकटुकषायः स्त्यायते सल्लकीनामिभदलितविकीर्णग्रन्थिनिष्यन्दगन्धः॥** (ઉત્તરરામચરિત) **स नर्मदारोधसि सीकरार्द्रैर्मरुद्भिरानर्तितनक्तमाले**[3] (રઘુવંશ). આ નક્તમાલના સુંદર ફૂલોની માળાઓ પહેરીને રમણીઓ રાત્રે શયનગૃહમાં જતી. (**नक्तं अलते इति नक्तमालः**)

આવા તો લાખો વાક્યો સંસ્કૃત સાહિત્યમાથી તારવી શકાય. કેાઈ પુસ્તક એવુ નથી કે જેમા વનસ્પતિઓને સ્થાન નથી ખુદ વેદમા પણ વનસ્પતિઓની સ્તુતિ છે. અથર્વવેદમાં અનેક વનસ્પતિઓની સુંદર સ્તુતિઓ ઋષિઓએ ગાઇ છે.[4]

ત્યારે ગુજરાતી સાહિત્યમા શી સ્થિતિ છે? ક્યાયે વનસ્પતિ સાથે કવિઓને ઘનિષ્ઠ સબંધ જોવામાં નથી આવતો. જે પ્રજાને વનસ્પતિઓ સાથે ઘનિષ્ટ સબધ નથી તે પ્રજાના સાહિત્યમાં વનસ્પતિની ઉપમાઓ–રૂપકો–ક્યાથી હોય? 'જર્મન રંગ અને ઇસ્ત્રીદાર

---

૧ **मुनिद्रुमः** અગથિયેા. Sesbania grandiflora.

૨ **सल्लकी** શાલેડી જેનેા સુંદર ઇસેસ અથવા કુંદરુ તરીકે બજારમાં વેચાય છે એ ઝાડ Boswellia serrata

૩ **नक्तमाल** કરંજ. Pongamia glabra

૪ પૃશ્નિપર્ણીની સ્તુતિ જુઓ, અથર્વ. અ. ૨–૨૫ ૧. કેટલી સુંદર સ્તુતિ છે! આ પૃશ્નિપર્ણી બહુ અલભ્ય વનસ્પતિ છે. ડાંગના જંગલમાં ખૂબ થાય છે એનેા છોડ—અરે એના ફૂલ-પુષ્પમંડપ ઓહોહો! આ છોડ કવિઓ જુએ તો જરૂર તે પર કાવ્ય રચે Uraria picta.

સુંદર ફૂલઝાડ પણ બગીચામા હોવા જોઈએ ?

અત્યારના રડયાખડયા બાગોમા હિંદુસ્તાનના સુંદર ઝાડપાનોને સ્થાન નથી જ્યા જુઓ ત્યા અરેલિયા, ક્રોટન્સ, એકેલિફા-ના રંગબેરંગી પાનોવાળા છોડવાના કુંડા લાગેલા જણાય છે રંગૂન ક્રીપર, રેલ્વે ક્રીપર, એન્ટીગ્નોનમ અને પેશન ફ્લાવર્સની વેલો જોવામા આવે છે આપણા ચુનાગ, જાઈ, ચંબેની, પરિજાતક, માધવી લતા, અશોક, કર્ણિકાર, સમપર્ણ, સ્વર્ણચંપક, કોવિદાર, પૃશ્નિપર્ણી, પાટલા (વસંતદૂતિ) વગેરે ક્રમાય જોવામા નથી આવતા. આસોપાલવ એ પ્રાચીન अशोक નથી એ યાદ રાખવુ ઘટે છે આપણે આપણું શું સારું છે તે ગોચવુ—સમજવુ ભૂલી ગયા છીએ અને દરેકમા પરદેશી નકલ કરતા થઇ ગયા છીએ એમ ન હોય તો ગુજરાતના ગૃહકુંજો ઉજળળતી ગુજરાતણોની વેણીમા પારિજાતક, ચંપક, જાઈ, મોગરો, બકુલ કે મધુમાલતીના પુષ્પો કેમ નથી જણાતા ? ગુનમાસ અને બારમાસી જેવા નિગંધ કુસુમો કેમ ગમે છે ? સંસ્કૃત કવિઓનુ પ્રિય कुटज પણ (કડાના ઝાડ) આપણા ઉદ્યોનોમા નથી જણાતુ અને मदनैकबन्धु बकुल! ઓહોહો ! શી એના પુષ્પની ખુશબો ! સૂકાય પણ સુગંધ ન મૂકે ! આપણા ઉદ્યાનો બકુન (બોનસરી) ની ફોરમથી ક્યારે મહેકી ઊઠશે ? બોલસરીના દાતણથી દાત મજબૂત થાય, તેના પુષ્પોથી આપણા સ્ત્રી-પુરુષો, બાનકો અને દેવો રીઝે અને તેની સૌરભથી આપણું વાતાવરણ દિવ્ય સૌરભમય બને

આર્યો પ્રથમથી જ ઉદ્યાનોના શોખીન છે વાત્સ્યાયનના વખતમા દરેક મોટા શહેરની આસપાસ અનેક ઉદ્યાનો હતા કપિત્થ

---

૧ कुब्जकामलकमल्लिकाजातीकुरण्टकनवमालिकातगरनन्द्यावर्तजपागुल्मान्याश्च बहुपुष्पान्वलिकोशीरकपातालिकाश्च वृक्षवाटिकाया च स्थण्डिलानि मनोज्ञानि कारयेत्॥ વાત્સ્યાયન કામસૂત્ર-કાશી આવૃત્તિ પા ૨૨૫

સ્તુની આસપાસ પાંચસો ઉદ્યાનો હતાં એમ **લલિતવિસ્તર** કહે છે.૨ નથી રહ્યાં હવે એ ઉદ્યાનો અને નથી પ્રચલિત રહી એ પ્રાચીન ઉદ્યાન-યાત્રાઓ (garden picnics)—ઉજાણીઓ!

શિક્ષિત યુવાનો તરફ આશા છે

પણ આ બધું ત્યારે જ થઈ શકે કે જ્યારે શિક્ષિત યુવાનો વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પ્રેમ કેળવે-તે તરફ વળે ત્યારે. આટઆટલા બી. એસસી. અને એમ. એસસી. ગુજરાતમા છે છતાં વનસ્પતિશાસ્ત્રમાં તેમના તરફથી કંઈ જ ફાળો મળ્યો નથી. શિક્ષણપદ્ધતિ દોષિત છે. વનસ્પતિશાસ્ત્ર (Botany) લઈને પાસ થનાર વિદ્યાર્થીને Structural Botanyનું જ્ઞાન હોય છે, પણ વૃક્ષો સાથે તેને મુદ્દલેય પરિચય હોતો નથી. અમુક અમુક નૈસર્ગિક વર્ગો (Natural orders) મોઢે કરી પરીક્ષામાં પાસ થવાય છે. મેડિકલ કોલેજોમાં પણ આ જ સ્થિતિ છે. કોલેજના કંપાઉન્ડમાં થતાં ઝાડ કોઈ વિદ્યાર્થી પૂરાં ભાગ્યે જ જાણે છે. ડૉકટરોને બોટનીનું જ્ઞાન ખૂબ જ આવશ્યક છે. જે જે ડૉકટરોએ વનસ્પતિશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કર્યો છે તેઓએ વનસ્પતિની દવાઓ (Indigenous Drugs) ઉપર સારો પ્રકાશ પાડ્યો છે. **જૉહાન લિંડલ** જેવો પ્રખ્યાત વનસ્પતિશાસ્ત્રી[૧] ડૉકટરોને વનસ્પતિશાસ્ત્ર જાણવા ખૂબ ભાર દે છે. ગઈ મહાન લડાઈ વખતે કેટલાક ડૉકટરો અમુક દવાઓ ન મળવાથી ખૂબ અકળાતા હતા. એવે વખતે તેમનો વનસ્પતિશાસ્ત્રનો અભ્યાસ તેમની વહારે ધાયો હતો. એક યુરોપીય વિદ્વાન આપણા વનસ્પતિ તરફના પ્રેમના અભાવ માટે નીચે પ્રમાણે સરસ ઠપકો આપે છેઃ—

"યુરોપિયનોએ જે સફળતાથી વનસ્પતિશાસ્ત્રનો શાસ્ત્રીય પ્રચાર યુરોપમાં કર્યો છે તે સફળતાથી આ દેશમાં વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પ્રચાર

---

૨ (જુઓ Lalit-vistar ed. by Lefmann)
पञ्च चोद्यानशतानि समन्तात्नगरस्य प्रादुर्भूतानि बोधिसत्त्वस्य परिभोगाय।

માત્ર આ દેશના વતનીઓ જ કરી શકે આખા મુબાઇ ઇલાકામા એવા ૬–૭ માણસો પણ નહિ મળી શકે કે જે ઘાટના કોઇ પણ સાધારણ જગલમા જઇને કોઇ પણ છોડ ઝાડને માત્ર પાન જોઇ ઓળખી શકે આ છ સાતમાણસો બાદ કરતા, જેના ધાર્મિક કાર્યોમા એક ક્વચિત જ થતા જ ગલના છોડ—સોમની બહુ જરૂર પડે છે—તેઓ જ જ ગલ તરફ તિરસ્કારની નજરથી જુએ છ અને વનસ્પતિના ચમત્કાર અને

૧ જ્હોન લિડલેનો Flora medica નામનો સુદર ગ્રથ અત્યારે ભાગ્યે જ મળી શકે એમ છે એની પ્રસ્તાવનામા એણે ડોક્ટરોને તેમના વનસ્પતિશાસ્ત્રના દુર્લક્ષ્ય માટે ઠીક ઠપકો આપ્યો છે આ વિષય માટે વાચો મારા 'નિઘંટુ આદર્શ' ની પ્રસ્તાવના વાચી જશો તો પણ ચાલશે

૨ "*By natives of India alone, can Botanical science* be pursued in India with the same success which has attended the efforts in this direction of Europeans in Europe Perhaps there are not half a dozen men in the Presidency (Bombay) who can go into any ordinary ghat Jungle and tell its trees and plants by leaves alone Half a dozen men excepted little apparenlty is known of the great vegetable kingdom by those, whose deepest mysteries nevertheless require the juice of a rare jungle plant (Sarcostemma Viminale, says Dr Hang, is true 'Soma' of the Vedas) but many of whom are still content to feel an ignorant contempt for the jungle with all of wonder and of wisdom which it contains

It will be a day of real progress in India which sees the educated Brahmins going forth into the jungle to learn deeper lessons from it than even the most elaborate of Soma sacrifices can teach him F Jell

1

ડહાપણ વિષે કશુ જ જાણ્યા વિના તે તરફ પોતાનો અજ્ઞાનપૂર્ણ તિરસ્કાર દર્શાવી સતોષ રાખવે છે

'જે દિવસે કેળવાયેલા બ્રાહ્મણો મોટા સોમયજ્ઞો શીખવી શકે તે કરતા પણ ગૂઢતર પાઠો શીખવા માટે જગલોમા જતા શીખશે તે દિવસ હિંદુસ્તાન માટે ખરી ઉન્નતિનો હશે'૨

વૈદ્યો અને વનસ્પતિઓ

મહર્ષિ ચરક (ઇ સ પૂ ૩૦૦ થી ૪૦૦) કહે છે કે વધુ શુ? જે વનસ્પતિઓ ઓળખી શકે તે જ વૈદ્ય' આ છતા પણ ગુજરાતમા ભાગ્યે ૮-૧૦ વૈદ્યો એવા હશે કે જેને વનસ્પતિનુ ઠીક ઠીક જ્ઞાન હોય અલબત્ત સાધારણ જનસમાજના વનસ્પતિજ્ઞાન કરતા તેમનુ જ્ઞાન કઇક ઠીક હોય છે એ ખરુ, પણ વૈદ્યોને એટલાથી સતોષ ન હોવો જોઇએ વનસ્પતિશાસ્ત્રના જ્ઞાનથી તે અનેક અજાણી દવાઓનો ઉપયોગ કરી શકે છે શાસ્ત્રમા **नागवला** (ગંજેટી–Grewia populifolia N O Tiliaceae) ના મૂળ ગમે તેના ઘા માટે સરસ રોપણ છે એ તે જાણે છે, પણ ગંજેટી તે ઓળખતો નથી એટલે મુઝાય છે વનસ્પતિશાસ્ત્રની જ્ઞાનવાળો વૈદ્ય તુરત જ ગંજેટીની અવેજીમા તે જ વર્ગની, તેની જ સગી બહેન **ધામણ** (Grewia Asiatica **धन्वन** = (स) અથવા ઢગલાબધ ઉગતો **ઝીપટો** યા ભરવાડા (Triumphetta rotundifolia) ના મૂળીઆથી કામ ચલાવે કારણ કે તે જાણે છે કે એક જ નૈસર્ગિક વર્ગના ઘણા ખરા ઝાડપાનના લગભગ સરખા જ ગુણદોષ (properties) હોય છે

---

૧ किं पुनर्यो विज्ञानीयात् ओषधी सर्वथा भिषक् ॥

૨ Natural orders અર્થાત્ નૈસર્ગિક વર્ગોના ગુણદોષ જાણવાની ઇચ્છાવાળાને Mrs Loudon s Encyclopaedia of Plants (Longmans, green & Co) જોઈ જવા ભલામણ છે દુફરના ફલોરા આફ બ્રિટિશ ઇંડિયા' ની લાંબી પ્રસ્તાવના પણ મનનીય છે

વનસ્પતિસામ્રાજ્યમા (Vegetable kingdom) સૌથી ઉપયોગી એવી વનસ્પતિએ Malvaceae order માલ્વેસી ઓર્ડર (આ વર્ગમા કપાસ, ભીંડા, શીમળો, જાસુમ, પારસપીપળો, ગુલખેરુ ઇત્યાદિ છોડ-ઝાડ આવે છે) મા થાય છે એ આખાય વર્ગમાં આશરે એક હજાર જુદીજુદી જાતની વનસ્પતિઓ ઊગતી જણાયેલી છે. આ એક હજારમાથી ઘણીખરી માત્ર હિંદુસ્તાનમા જ થાય છે, અન્યત્ર નહિ. જંગલમા ભૂલા પડયા હોઇએ તો આ વર્ગની વનસ્પતિ ઓળખીને આપણે તે નિર્ભયપણે ખાઈ શકીએ. આ વનસ્પતિઓમા ચીકાશ (gummy substance) છે એટલે તે પૌષ્ટિક ગણાય છે.

આવું જ Legumınocseae order૨ અર્થાત્ શિંબી વર્ગ મારે. આ મેાટા વર્ગમા સાત હજાર વનસ્પતિઓ અત્યાર લગીમાં જાણવામા આવેલી છે. આ વર્ગની વનસ્પતિઓના ગુણદોષ એકસરખા નથી. એક ચણોઠીના વેલામા તેના મૂળ ઊલટી કરાવનાર, પાન ગ્રાહી અને ઉપલેપક, ફૂલ માદક અને બીજ ઝેરી ગણાય છે! જ્યારે બીજી ઘણી એવી છે કે જે આપણે સુખેથી ખાઈ શકીએ. ધતૂરાના વર્ગની (N O Solanceae) તમામ વનસ્પતિઓ ઓછીવત્તી ઝેરી છે. Convolvulaceae order (વરધારો, શંખાવલી, નસોતર, વિદારીકંદ, ઉદરકની ઇત્યાદિ વર્ગ)—જે બહુ સહેલાઈથી ઓળખી શકાય એવો વર્ગ છે એનો અભ્યાસ પણ કરવા યોગ્ય છે.

અંગ્રેજ વિદ્વાનોએ આ એકેક વર્ગ ઉપર નોખા નોખા ગ્રંથો લખ્યા છે; કોઇને અમુક વર્ગની વનસ્પતિઓનો શોખ હોય તો તે તેની પાછળ જ પડે. આપણને પણ આવો શોખ—આવી નકલ—કરવાની જિજ્ઞાસા પ્રગટો!

ગુજરાતની વનસ્પતિઓ

'મુબાઈ ઈલાકાની વનસ્પતિઓ' એ નામના લાંબા લેખમાં તેનો લેખક લખે છે કે "મુબાઈ ઈલાકાનો વિસ્તાર, તેની જુદી-

જુદી જાતની જમીનો અને તરેહ તરેહના હવાપાણી જોતા આ ઇલાકાની વનસ્પતિ-સમૃદ્ધિ બહુ સારી તો ન જ ગણી શકાય, કદાચ કોઈ એને 'દરિદ્ર-સમૃદ્ધિ'થી પણ સંબોધે. આખા ઇલાકાનો ફ્લોરા (સપુષ્પ વનસ્પતિઓનો સંગ્રહ ગ્રંથ)—અપુષ્પ વનસ્પતિઓને ગણવી છોડી દઉં છું—ભાગ્યે જ પૂરી બે હજાર વનસ્પતિની જાતો (species)નો થાય છે. હિંદુસ્તાનના બીજા કોઈ પણ ભાગમાં ૨૦ માઈલના વિસ્તારમાં આટલી જાતો કોઈ પણ સહેલાઈથી જોઈ શકે દખ્ખણ અને ગુજરાતની ફળદ્રૂપ જમીનમા વનસ્પતિની વિવિધ જાતો બહુ જ ઓછી જોવામા આવે છે કોકણ અને પશ્ચિમઘાટના પહાડોમા જ્યા ભેજ ઠીક ઠીક રહે છે ત્યા જ જાતોની વિવિધતા જોવામા આવે છે બાકી ગુજરાત અને દખ્ખણમા એકની એક જાતની વનસ્પતિઓથી ભરાયેલા વનો જોવા મળે છે"[1]

ગુજરાત મુંબાઈ ઇલાકાની અંદર છે એટલે આ વર્ણન ગુજરાતને પણ ઠીક લાગુ પડે છે આખા ઇલાકામા જ્યા બે હજાર જાતો ભાગ્યે થાય છે તો પછી એકલા ગુજરાતમા ભાગ્યે હજાર-પંદરસો જાતો થતી હશે અને એમાયે ઘાસ અને મોથના વર્ગની (Gramineae and Cypraceae orders) ઘણી વનસ્પતિઓ બાદ કરીએ તો ભાગ્યે જ છસો-સાતસો વનસ્પતિઓ ગણી શકાય.

હવાપાણીની આ અસર છે પંચગીની ઉપર લીમડો શોધ્યો જડતો નથી, મહાબળેશ્વર ઉપર લેગ્યુમિનોસી વર્ગ (શિંબી વર્ગ)નો એક છોડ ભાગ્યે જોવા મળે છે[2] હિમાલયમા શિંબી વર્ગના ઝાડો

---

૧ (The Botany of the Bombay Presidency by Dr W Grey Bombay Gazeteer Vol XXV)

૨ "Dr. Cooke notices as remarkable that there is not a single tree of the order (Leguminosceae) at Mahabaleshwar, though several at Matheran" (Flowering Plants of Western India by Nairne p. 72), પણ મે મહાબળેશ્વરમા આ વર્ગના ઝાડ જોયા છે

નહિ જેવા જ થાય છે. સેંટ હેલીનામા આ વર્ગનું (Leguminosceae) એક પણ ઝાડ નથી. મહાબળેશ્વરની વનસ્પતિઓ માથેરાન ઉપર નથી થતી અને માથેરાનની મહાબલેશ્વર ઉપર નથી જડતી. અને એ બન્નેની વનસ્પતિઓ ગુજરાતમા ભુદ્દલેય થતી નથી અરે, પંચમહાલની વનસ્પતિઓ ગુજરાતના બીજા ભાગમા ભાગ્યે જ જોવામા આવે છે. પંચમહાલના ઇંદરખ–Anogeissus latifolia N.-O Combretaceac.) નાં ઝાડો મેં ભરૂચ, સુરત, બરડો, ગિરનાર અને ડાંગમા કયાયે જોયા નથી. કચ્છ–કાઠિયાવાડના કેટલાંક ઝાડ ગુજરાતની ફળદ્રૂપ જમીનમા ન જ જોવામાં આવે. પંચમહાલનાં વેલન્તરો (वीरतरु) (સંસ્કૃત) (Dichrostachys Cinerıa), અંકોલ (Alangium Lamarkii), ટીંબરૂ (Diospyros Embryopteris), મહુડો (Bassia latifolia) ઇત્યાદિ ઝાડો ગુજરાતમાં જવલ્લે જ જોવા મળે છે. દ્વારકાના સમુદ્રકિનારે થતી કવરી (Capparis grandiflora) ગુજરાતમાં ભાગ્યે જ જોવા મળે છે. અર્થાત્ હવા, પાણી, શરદી, ઉંચાઈ વગેરેની અસર વનસ્પતિઓમાં સ્પષ્ટ જણાય છે.

આ છતાંય ગુજરાતની વનસ્પતિઓનો અભ્યાસ કરનાર વિદ્યાર્થીને ગુજરાત ઘણી ઉપયોગી વનસ્પતિઓ દેખાડી શકે છે. ઓફિસરો ધારે તો ઘણીયે નવીન જાતો ગુજરાતનાં જંગલોમાં ઉગાડી શકે.

વનસ્પતિ ઉદ્યાન (Botanical garden)

આખાયે ગુજરાતમાં કયાયે સુંદર વનસ્પતિ–ઉદ્યાન છે ખરું? મેં તો જોયું નથી. એકલા પૂનામા બે બાગો દર્શનીય છે, જ્યારે સારાયે ગુજરાતમાં ફક્ત એક કચ્છ–ભૂજનો શરદબાગ (Botanical garden) બાદ કરીએ તો ભાગ્યે જ એક પણ વનસ્પતિ–ઉદ્યાન જોવા મળે છે. લંકા, કલકત્તા કે જાવાના અદ્ભુત રોયલ બોટનિકલ ગાર્ડન્સ ભલે ગુજરાતમાં ન હોય, પણ તેની એકાદ નાનીશી પ્રતિ-

કૃતિ પણ ગુજરાતમાં હશે તો તો ગુજરાતીઓ તે જોઈ ખૂબ રાચશે. કચ્છ જેવા વેરાન મુલકમાં કચ્છના રાવસાહેબના ગોખથી શરદબાગ ફાલ્યોફૂલ્યો છે, તો ગુજરાતની ફળદ્રૂપ જમીનમાં એના કરતાં અનેક દરજ્જે ચઢિયાતો બાગ ગુજરાતના શ્રીમંતો, રાજામહારાજાઓ બનાવી શકે. એવા બાગોમાં દેશપરદેશના સુંદર, ઔષધોપયોગી વૃક્ષો ઉછેરવામાં આવે, વર્ણસંકરી વનસ્પતિઓની શોભા જોઈ આંખ ઠરે—આવું કંઈક ગુજરાતમાં હોવું જોઈએ. મુંબાઈના રસ્તાઓ ઉપર અને પોતાનો કમનીય વિસ્તાર રમણીય પુષ્પરચના દાખવતા ઉભેલા કેસીયા નોડોરા (Cassia nodora), કેસીયા માર્જીનેટા, કેસીયા ગોરટચેટા, પેલ્ટોફોરમ્ (Peltophorum), સ્ટાર એપલ વગેરે સુંદર પરદેશી વૃક્ષો ગુજરાતના ઉદ્યાનોમાં અને ગુજરાતની સડકો ઉપર ક્યારે જોવા મળશે? *મુંબઈના વિક્ટોરિયા ગાર્ડનમાં થતાં* લવિંગ, જાયફળ, કપુર, અમૃતફળ, કોકમ, કર્વોમિયા, સ્ટ્રોફેન્થમ, જેકેરેન્ડા, ગ્વાયાકમ્, બોટલ બ્રશ—ઇત્યાદિ ઝાડો ગુજરાતમાં જરૂર ઉગી શકે એમ હું માનું છું.

શ્રીમંતો, કલારસિકોનું મુબારક ધ્યાન આવા વનસ્પતિ ઉદ્યાનો તરફ વળો. ટોલ્સ્ટોય પોતાના નાનાશા બાગને પોતાની ઔષધ-પેટી Medicine chest તરીકે સંબોધતા હતા. આપણે પણ પ્રાર્થના કરીએ કે **माध्वीर्नः सन्तु ओषधीः**—આપણી વનસ્પતિઓ મધુમતી થાઓ !

ઉપસંહાર

વિશ્વવિખ્યાત શાકુંતલનો પ્રથમ પડદો વનના અવર્ણનીય દશ્ય વચ્ચે જ ઊઘડે છે; કુમારસંભવમા નગાધિરાજ હિમાલયની અપ્રતિમ શોભાથી જ શરૂઆત થએલી છે; રઘુવંશનો પ્રથમ સર્ગ વનના અપ્રતિમ સૌન્દર્ય વચ્ચે જ શરૂ થાય છે; દિલીપ અને સુદક્ષિણા—બન્નેનું વશિષ્ઠ આશ્રમ તરફ પ્રયાણ કવિએ અલૌકિક રીતે વર્ણવ્યું,

છે. પોલા વાસમા પવન ભરાવાથી નીપજતા સગીતધ્વનિ સાથે કુન્જોમા વનદેવતા તાન મિલાવીને નૃપતિના વશકૃત્યોના યશોગાન ગાતા હતા રસ્તામા વૃદ્ધ ગોપાલો ઘીના તાસળા ભરી ભરીને રાજ દપતિના સત્કાર માટે આવતા અને તે વૃદ્ધ ગોવાળોને રાજા ઝાડોના નામો પૂછી પોતાનો વનસ્પતિપ્રેમ દર્શાવતા હતા ઓહોહો! કેવુ મનોહર એ વર્ણન છે ગુજરાતના રાજા-મહારાજાઓમા એ વનસ્પતિપ્રેમ જાગો! ગુજરાતની કનારસિક સ્ત્રીઓમા ગૌરી જેવુ વૃક્ષો તરફ 'અપત્ય-વાત્સલ્ય' સ્ફુરો! ગુજરાતના બાળકો વનસ્પતિદેવીના વિવેકી ભક્ત બનો! પગ તળે છુદાતી અસખ્ય વનસ્પતિઓનો પરિચય સાધવાની જિજ્ઞાસાવૃત્તિ યુવાનોમા જાગ્રત થાઓ!

એક રસિક અગ્રેજ કવિની ઊક્તિઓ ટાકી આ મર્યાદિત લેખ સમાપ્ત કરીશ

There is a lesson in each flower,
A story in each stream and bower;
In every herb on which you tread
Are written words, which rightly read
Will lead you from earth's fragrant sod
To hope, to holiness and God"

તા. ક.

ગુજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર વિસ્તૃત ગ્રથ લખવાની ઉમેદ વાળાઓ નીચેના પુસ્તકોનો લાભ લઇ શકે —

૧ Transaction of the Medical and Physical Society of Bombay-Vol I 1838-39

'A general sketch of the Province of Gujerat from Deesa to Daman I by A Gibson.'

૨. Bombay Gazetteer Vol. II. III, IV, XXV..
૩. 'નિઘંટુ આદર્શ' ની પ્રસ્તાવના. કર્તાઃ બાપાલાલ વૈદ્ય.
૪. વનસ્પતિ-શાસ્ત્રઃ કર્તા જયકૃષ્ણ ઇન્દ્રજી.
૫. કચ્છ સ્વસ્થાનની વનસ્પતિઓઃ કર્તા, જયકૃષ્ણ ઇન્દ્રજી.
ઇત્યાદિ—



૨૫ : વૃક્ષારોપણ યોજના

૧

જડ પૃથ્વી[૧] અને જીવન્ત મનુષ્ય વચ્ચેનો સેતુ વનસ્પતિ છે.

---

૧. ખરી રીતે જગતમાં જડ જેવી કોઈ ચીજ જ નથી. 'પૃથ્વી માતા' નામનાં કાવ્યમાં ભક્તકવિ શ્રી પૂંજાલાલ આ ભાવ સુંદર રીતે વ્યક્ત કરી શક્યા છે.

> કહી કયમ શકાય કે જડ અજીવ છે આ ધરા!
> અચેતન સમાં ભલે દીસત માટી ને પ્રસ્તરો.
> પરંતુ તહીંથી જ ચેતનાઝરો વસે છે ઝરો.
> વનો વિહગ પ્રાણી માનવસમાજ સૌ પાધરા
> તહીં ધણી જ જન્મિયા પૃથ્વીને રસે ઊછર્યા,
> યથા પરમપુષ્ટ ધૂળ મહીં પાકિયા ધાન્યના
> કરી હજમ પહાડ "; ત્યમ છતાંય શું માન્યતા
> ધરિત્રી હૃદયે છલોછલ ભરેલ પ્રાણો નર્યા!

અને આયર્લૅંડનો મશહુર કવિ A. E. પણ પ્રત્યેક જીવન્ત વસ્તુની-પૃથ્વી તો માતા છે એ ભાવ સુંદર રીતે વ્યક્ત કરે છે.

> " But I have touched the lips of clay
> Mother, Thy rudest sod to me
> Is thrilled with fire of hidden day
> And haunted by all mystery."

પૃથ્વી પોતાના ગેટાળમાથી રસ ચૂસી ચૂસીને વનસ્પતિઓને ઉગાડે છે, પરિપુષ્ટ બનાવે છે અને આ વનસ્પતિ ખાઇને જ પ્રાણીમાત્ર જીવે છે વનસ્પતિ ન હેાત તેા પૃથ્વી ઉપર જીવન જ ન હેાત પૃથ્વી, વનસ્પતિ અને પ્રાણી-આ ત્રણનેા ત્રિકેાણ એ જ જીવન-ત્રિકેાણ પૃથ્વીના રસકસનેા હ્રાસ થતા વનસ્પતિઓના રસવીર્ય હ્રાસ પામ છે અને વનસ્પતિઓનેા રસકસ ઊડી જતા પ્રાણીજીવન નિસત્ત્વ અને નિર્વીર્ય બને છે. આમ એકની અસર બીજા ઉપર થાય છે જ.

વનસ્પતિઓનેા આજે વિપુલ સહાર ચાલી રહ્યો છે. વનેા નાશ પામ્યા છે રાજપૂતાનાનુ રણ ગુજરાત તરફ વધી રહ્યું છે નદીઓના પાણી પણ સુકાવા લાગ્યા છે. ખેતી નિષ્પ્રાણ બની છે. જમીનનેા કસ હણાયેા છે વનસ્પતિ ઉપર જીવનાર ઢેાર મરવાને વાકે જીવી રહ્યા છે અને ઢેારની દુર્દશાનું પ્રતિબિંબ માનવજીવન ઉપર પડયુ છે. પૃથ્વી, વનસ્પતિ, પશુ અને માનવ—આ ચારેયના અખંડ વર્તુલમા કેાઇ પણ સ્થળે વિક્ષેપ પડે છે તેા આ જીવનચક્રમા વૈષમ્ય ઉત્પન્ન થાય છે અને તેની માઠી અસરેા ચારેય ઉપર જોવામા આવે છે

ભવભૂતિએ ભાગીરથી પાસે યેાગ્ય જ કહેવડાવ્યુ છે કે, 'भगवती वसुन्धरे ! शरीरमसि संसारस्य ।'—ભગવતિ વસુધરા! તું આ સંસારનુ શરીર છું.

બૃહદારણ્ય ઉપનિષદમા "एषां वै भूतानां पृथिवी रसः पृथिव्याः आपः, आपामोषधयः, ओषधीनां पुष्पाणि, पुष्पाणां फलानि, फलानां पुरुषः, पुरुषस्य रेतः ॥"

પ્રાણીમાત્રનુ રસસ્થાન પૃથ્વી છે, પૃથ્વીનેા પરમ રસ પાણી છે. પાણીનેા પરમ રસ ઔષધિએા (ओषध्यः फलपाकान्ताः અર્થાત્ આપણે જે ધાન્યેા ખાઇએ છીએ તે બધી ઔષધિએા) છે ઔષધિનેા અર્થ જ કનપાકી

ગયા પછી વનસ્પતિઓ કરમાઈ જાય તે અર્થાત્ શૂકધાન્ય (cereals) અને શિમ્બીધાન્ય (legumes) બન્નેનેા ઔષધિઓમા સમાવેશ થઈ જાય છે ઔષધિઓનેા પરમ રસ પુષ્પેા છે, પુષ્પોનેા પરમ રસ ફ્નેા છ, ફ્ળેાનેા પરમ રસ પુરુષ છે અન પુરૂષમા પરમરસ રેત–વીર્ય છે

એક પાદનો નાશ થતા તેની અસર બાકીના બે પાદોને પણ થવાની જ. આજે આપણા આ ત્રણેય પાદો દુર્બલ થયા છે અને પરિણામે માનવજીવન, પશુજીવન અને પૃથ્વી—ત્રણેય દુઃખી દરિદ્રી થયા છે

અનેક જાતની યુદ્ધોત્તર યોજનાઓ આજે બહાર પડે છે. આ યોજનાઓમા વૃક્ષારોપણ યોજનાને પણ યોગ્ય સ્થાન મળવું જોઇએ. ખેતીની સુધારણા મ્યુનિસિપાલિટીની સુધારણા, લોકલ બોર્ડોની સુધારણા, શિક્ષણ સુધારણા—આ બધામા વૃક્ષારોપણ યોજનાને જો આપણે વિસારીશુ તો એ સુધારણાઓ એકપક્ષી અને અપૂર્ણ જ રહેશે.

કારણ વનસ્પતિઓ ઉપર જ જીવન અવલબેલું છે. પૃથ્વીમાથી રસ ખેચી જીવન નિભાવવાની શક્તિ નથી પશુઓમા કે નથી માનવીઓમા એ શક્તિ તો ફક્ત વનસ્પતિઓમા જ છે. આપણા સાકભાજી, ફળો, ઇમારતી લાકડાં, પુષ્પો, ધાન્યો, બીજ વગેરેનો આધાર વનસ્પતિઓ જ છે. એટલે કોઈ પણ યુદ્ધોત્તર યોજનામા વનસ્પતિઓ તરફનું દુર્લક્ષ નહિ જ હોય એમ માની લઇશું.

વનસ્પતિ સામ્રાજ્યમાં પણ મારે અહીં લખવું છે વૃક્ષો ઉપર આપણે શહેરોની સીકલ બદલવી છે, રસ્તાઓની સીકલ બદલવી છે, દેશની સીકલ બદલવી છે. આવે વખતે જે યુદ્ધોત્તર યોજનાઓ વિચારવામાં આવે તેમાં વૃક્ષારોપણ યોજનાને જો વિસરવામાં આવે તો તે મોટી ભૂલ જ લેખાશે.

આજે આપણાં સુરત, ભરુચ, અમદાવાદ જેવાં શહેરો જુઓ: એના રસ્તાઓ જુઓ, એની ઉપરનાં ઝાડો જુઓ, એના બગીચાઓ જુઓ, શહેરની ચોતરફ ફરતો ૩-૪ માઇલનો વિસ્તાર જુઓ. ક્યાયે આંખ ઠરે એવાં વૃક્ષો છે, બગીચા છે, ફૂલઝાડો છે? સ્ટેશને ઊતરતા જ શહેરની સંસ્કારિતા અને સૌન્દર્યભાવનાનું સ્મરણ કરાવે એવું કંઈ છે ખરું? ફળઝાડો, ઇમારતી લાકડાં માટેનાં

વૃક્ષો, શોભા માટેનાં વૃક્ષો,—આ બધાનો વિચાર શું આવશ્યક નથી? આપણાં શહેરો નંદનવનના જેવા રળિયામણાં હોવાં જોઇએ અને એ માટે ઠેર ઠેર વિવિધ વૃક્ષવિથિકાઓ (avenues), છાયાવૃક્ષો, પુષ્પવૃક્ષો, ઉદ્યાનો, ઉપવનો આપણે યોજવાં પડશે. શહેરના મુખ્ય રસ્તાઓ ઉપર કેવી જાતનાં વૃક્ષો વાવવાં, જાહેર ઉદ્યાનોમાં કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, ડાક બંગલાઓ અને શ્રીમંતોના બંગલાઓના કંપાઉંડોમાં કેવી જાતનાં ઝાડો વાવવાં, શહેરની ચોપાસના ૪-૫ માઇલના વિસ્તારમાં ત્યાંના રસ્તાઓ ઉપર કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, નહેરોની બન્ને બાજુ ઉપર કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, શાળાઓમાં કયી જાતનાં ઝાડપાન વાવવાં—આ બધું વિચાર્યાં વિના આપણને હવે ચાલે એમ નથી.

હમણાં 'કરન્ટ સાયન્સ'ના ૧૯૪૭ ફેબ્રુઆરીના અંકમાં એમ. એસ. રંધવા આઇ. સી. એસ. નો 'A Bio-Aesthetic Plan for India"—"એ બાયો-એસ્થેટિક પ્લાન ફોર ઇન્ડીઆ" નામનો લેખ પ્રસિદ્ધ થયો છે. આ વિદ્વાને આ વિષયને બહુ સરસ ન્યાય આપ્યો છે. શહેરો, ગામડાં બલકે આખો દેશ શોભાવવા માટે આપણે વૃક્ષો, પશુપંખીઓ (flora & fauna) વગેરેની વિચારપુરઃસર યોજનાઓ યોજીએ એ માટે પ્રો. લેન્સીઓટ હોગબેને આ અંગ્રેજી શબ્દ-"બાયો-એસ્થેટિક પ્લેનિંગ"-યોજ્યો છે, એટલે આમાં વનસ્પતિઓ અને પશુપંખીઓ બન્નેની સહાયથી આપણા દેશની શોભા કેમ વધારવી એનો વિચાર આવી જાય છે. આખી યોજનાને ચાર વિભાગમાં વહેંચી શકાય એમ છેઃ—

(૧) ખાનગી બંગલાઓ, સરકારી બંગલાઓ, બેંકો, હોટલો, યુનિવર્સિટીઓ, કોલેજો, સ્કુલો, કચેરીઓ, લોકલ બોર્ડ અને મ્યુનિસિપાલિટી જેવી પ્રજાની કચેરીઓનાં કંપાઉન્ડો, શહેરના રસ્તાઓ, જાહેર બગીચાઓ, રેલવે સ્ટેશનોનાં પ્લેટફોર્મો—આ બધાંની શોભા માટે આપણે સુંદર ફૂલોવાળાં તેમ જ સરસ પલ્લવયુક્ત ફૂલઝાડે

પસદ કરવા જોઇએ, જે જોનારની આખોને શાન્તિ અને આનદ આપે આવા ફૂનઝાડોમા કાચનાર પિક કેસિયા, પોકેરવો (મદાર), મેલેશિયા, ગરમાળો, ગુલમહોરનો સમાવેશ થાય છે

(૨) જિલ્લા બોર્ડોના, અને પી ડબલ્યુ ના રસ્તાઓ માટે આપણે એવા વૃક્ષો પસદ કરવા જોઇએ જે છાયા આપે, ફળો આપે અને ઇમારતી લાકડુ પણ આપે આના વૃક્ષોમા મહુડો, આબો, આબલી, લીમડો, સીસમ, જાબુ વગેરેનો સમાવેશ થાય.

(૩) નહેરોના રસ્તાઓ (canal roads)–નહેરોના તમામ રસ્તાઓ ઉપર આપણે આબા, જાબુ કોઠી, બીની વગેરે ફ્લઝાડો વાવી દેવા જોઇએ આમામા લગડો, સરદાર, સિદૂરિયો, વગેરે ખૂબ સારી કિંમત આપી શકે એવા કીમતી આબાઓ વાવવા જોઇએ. આપણા દેશમા નહેરોના રસ્તાઓ હજારો માઇલોના છે, જે ઉપર લાખો ફળઝાડો ઉછેરી શકાય.

(૪) ગામડામા વાવવા લાયક વૃક્ષો—ઇમારતી લાકડા માટે, ફળો માટે અને બળતણ માટે આ ત્રણેય કામોમા ખપ આવે એવા વૃક્ષો ગામડામા વાવવા જોઇએ જે ખેતરોમા કૂવા હોય, કોસ કે રેટ ફરતો હોય તેવા ખેતરોની ચોતરફ આબા, લિબુ, પપૈયા, મોસબી, સેતૂર વગેરેના વૃક્ષો ઉછેરી શકાય ઢોર જ્યા બેસતા હોય ત્યા બકાનલિબડો, વડ વગેરે ઉછેરી શકાય એક ગામથી બીજે ગામ જવાના રસ્તાઓ ઉપર ઇમારતી લાકડા માટેના ઝાડો વાવી શકાય ગામનુ પાધર ગુનમહોર, કરજ, ગરમાળો, બકાનલિમડો, પાંદિરવો વગેરે સુદર પુષ્પોવાળા ઝાડોથી શણગારી શકાય આ વૃક્ષોની આસપાસ નાના નાના ચોતરા બાધી દીધા હોય તો સધ્યાકાળે આબાલવૃદ્ધવનિતા ત્યા બેસવા જાય

આપણા જૂના શહેરોની બાધણી તદ્દન ઢગધડા વિનાની છે આવા જૂના શહેરોના પુનર્વસવાટ માટે શુ કરવુ એ પ્રશ્ન વિચારવ

જેવો છે કોઈ કહે છે કે એવા શહેરો નાબૂદ કરી નાખી તદ્દન નવેસરથી જ વસાવવા જોઇએ પરંતુ આ ઉદ્દામ વિચારો છે જે વ્યવહારમા મૂકાય એમ જ નથી આ માટે મ્યુનિસિપાલિટીએ ફરજિયાત ભરચક વસ્તામા થોડી જગા સંપાદન કરવી જ જોઈએ, તે ભાગના મકાનોને તોડી નખાવી તેની જગ્યાએ સુદર મકાનો વા મકાનની ચારેય બાજુ સુદર ફૂલઝાડોવાળા કંપાઉન્ડ સહિત બધાવવા જોઇએ અને એવી રીતે જુનવાણી વિચારના માણસો જેનુ અનુકરણ કરવા પ્રેરાય એવુ કરવુ જોઇએ કાનપુર, લખનૌ અને અલાહાબાદમા ઇમ્પ્રુવમેન્ટ ટ્રસ્ટોએ આ જાતનુ ઉપયોગી કાર્ય કરવા માડયુ છે અલબત્ત તેની ગતિ ઘણી જ ધીમી છે આવી જગામા જાહેર સ્નાનગૃહો રચવા જોઇએ જેથી માથાફાડ ગરમીના દિવસોમા લોકો સ્નાન કરી શકે અને એ પાણીનો ઉપયોગ ત્યા ઉગાડેલા ફૂલઝાડોને છાંટવાના કામમા પણ આવે

આપણા મોટા શહેરોના વિકાસ માટે તો શહેરની ચોતરફના ૩-૪ માઈલના વિસ્તારના તમામ રસ્તાઓ અને જેટલી મળી શકે તેટલી બધી જમીન શહેરે ફરજિયાત એક્વાયર કરી લેવી જ જોઇએ અને ત્યા બગીચાઓ બાધવા માટે નાના નાના પ્લોટો પાડી, પહોળા રસ્તાઓ અને એકાદ સારા ઉદ્યાનની યોજના કરવી જોઇએ પહોળા રસ્તાઓ ઉપર સુદર છાયા અને ફૂલયુક્ત વૃક્ષો વાવી દેવા જોઈએ આપણા ગરમ દેશમા દરેક શહેરની ચાર બાજુએ ચાર એવા સુદર વિશાળ ઉદ્યાનોની રચના આપણે કરવી જ જોઇએ. અને ઉદ્યાનો અને રસ્તાઓની યોજના સફળ પાર પડી કે તુરત જ લોકો એ તરફ વસવા માટે પડાપડી કરશે મ્યુનિસિપાલિટી પાસે પૈસા ક્યા છે? એવી વ્યર્થ બૂમો પાડનારાઓમા કલ્પના, યોજનાશક્તિ, ઊર્મિઓ ક્યા હોય છે? આવા કલ્પના-મસ્ત રસિક હૃદયમા હાસ્ય-રસ સર્જન કરનારા શહેરી બાવાઓ જ્યારે મ્યુનિસિપાલિટીઓમા આવશે ત્યારે તેમના ઉત્સાહની અનેરી ભરતીમા ઘણુંની જડતા તણાઈ જશે

અને શહેરની સીકલ બદલાઇ જશે. સુરતને સોનાની મૂરત કહેનારા-ઓમાં આ ઊર્મિઓ, કલ્પનાઓ અને રસિક હૃદયો છે ખરા ?

આપણાં શહેરો મોટે ભાગે નદીઓ ઉપર જ વસેલાં છે. સુરત, ભરૂચનાં બંદરોની બરાબર ખોલવણી થાય તો નદીની બન્ને બાજુએ આપણા વેપારીઓની મોટી મોટી પેઢીઓ ઊભી થશે અને છુટ્ટા-છવાયા બંગલાઓની હારોથી વિશાળ સરિતાતટની શોભામા ઓર જ વૃદ્ધિ થશે. સ્ટીમ લોંચો દ્વારા આજુબાજુના ગામડાંની અવરજવર અને વેપારની વસ્તુઓ વગેરેની લાવજાવ પણ એ દ્વારા વધશે.

રસ્તાઓ ઉપરનાં વૃક્ષો

આપણાં મોટાં શહેરોના રસ્તાઓ વિશાળ અને રમ્ય હોવા જોઈએ. બે તરફના બે વિશાળ ફુટપાથો ઉપર ૩૦-૩૦ ફીટને છેટે બન્ને બાજુ છાયાવૃક્ષો વાવવાં જોઇએ. આ વૃક્ષોનાં નામ ઉપરથી એ રસ્તાનું નામ પણ પાડવું જોઇએ. અશોકનાં વૃક્ષો બન્ને બાજુ હોય તેને 'અશોક એવન્યુ', કાંચનાર વૃક્ષોને 'કાંચનાર એવન્યુ' ગરમાળાનાં વૃક્ષોને 'કર્ણિકાર વિથિકા' આવાં નામો આપીને આપણે વૃક્ષોનું ગૌરવ વધારીશું અને લોકોને પણ વૃક્ષોનો પરિચય થશે. ગરમાળાનાં વૃક્ષોને પીળાં સોનેરી ફૂલો આવે છે; અરે ફુલ વખતે આખું ઝાડ સોને કેમ ન મઢાઇ ગયું હોય એટલું બધું રમ્ય લાગે છે. ગુલમહોરને લાલચોળ ફૂલો આવે છે; Flame of the forest ફ્લેમ ઓફ ધી ફોરેસ્ટ—એવું અંગ્રેજી નામ છે. આખુંય ઝાડ ફૂલથી છવાઈ ગયું હોય છે ત્યારે એનો દેખાવ દૂરથી સૌનું ધ્યાન ખેંચે છે. આ બન્ને વૃક્ષોને એક જ વખતે (મે માહિનામાં) ફૂલ આવે છે. હવે ફુટપાથ ઉપર રસ્તાની બે બાજુ-ઉપર આપણે આ બે વૃક્ષોને અવારનવાર અર્થાત્ બે ગુલમહોરની વચ્ચે એક ગરમાળો અથવા બે ગરમાળા વચ્ચે એક ગુલમહોર—વાવ્યાં હોય તો ફૂલ વખતે આ રસ્તાની શોભા કેવી હોય! હવે પણ

તે જોવા નીચે પૃથ્વી ઉપર ઊતરે આવી જ રીતે બીજા રસ્તા ઉપર બે પેલ્ટાફોરમના વૃક્ષો હોય,—એના સુંદર પીળા ફૂલો મુંબઇના રસ્તા ઉપર ઘણાએ જોયા હશે—અને વચ્ચે ભૂરા-ફૂલવાળા જેકેરેન્ડાના વૃક્ષો હોય અને આ બન્ને વૃક્ષોને એપ્રિલમા એકીસાથે જ ફૂલ આવે છે—તો કેવો સુંદર રસ્તો લાગે! પેલ્ટાફોરમના સોનેરી ફૂલો વચ્ચે જેકેરેન્ડાના આસમાની ફૂલો કેવા રમણીય લાગે! આવી જ રીતે ત્રીજો રસ્તો બે તરફ બે નેતરશિંગી (સ્પેથોડીઆ)ના વૃક્ષો હોય અને તેની વચમા પાઢરવો હોય તો? નેતરસિંગીના મોટા વૃક્ષો ઉપર મોટા કેસરી રંગના (orange crimson) સુંદર ફૂલો બેસે છે. મુંબઈમા નેપિયનસી રોડ ઉપર સ્પેથોડીઆ (ખોટી પાટલા)ના અનેક વૃક્ષો રોપેલા છે આ બેની વચ્ચે એક પાઢરવા (ઘરીફ્લાના ઈન્ડીકા)નું ઝાડ હોય, એ પાઢરવાને ખાખરાના જેવા લાલચોળ (scarlet red) કેસુડાને મળતા ફૂલો આવે છે બન્નેને ખીલવાનો સમય માર્ચમા જ છે કેસરી રંગી સ્પેથોડીઆ વચ્ચે લાલચોળ પાઢરનાના વૃક્ષોથી કેવો સુંદર ઉઠાવ લાગે! શું સૌન્દર્ય! વાહવાહ! આવા રસ્તા ઉપર ફરવા જવાનું કોને મન ન થાય? સ્પેથોડીઆ અને પાઢેરનાના પુષ્પોથી આપણી લલનાઓની વેણીઓ પણ વધુ શોભશે.

ચોથો રસ્તો કેસીયા નોડોસાનો પરદેશી વૃક્ષ છે પરંતુ એના ગુલાબી ફૂલોની મોટી લટાર જેની ચમરીઓથી જ્યારે આ વૃક્ષ છવાઇ જાય છે ત્યારે આનો દેખાવ ખરેખર ભવ્ય લાગે છે. કેસીયા રીબ્યા, કેસીયા નોડોસા, કેસીયા ઇમાર્જીનેટા—આ ત્રણેય કેસીયાની જાતના વૃક્ષો મુંબઇના રસ્તાઓ ઉપર આપણુ ધ્યાન ખેંચ્યા વિના રહેતા જ નથી. કેસીયા નોડોસાના ગુલાબી પુષ્પો (pink) અને તેની વચ્ચે કેસીયા ઇમાર્જીનેટાના ગુલાબી છાય વે ફૂલો (pinkish red) વાળા વૃક્ષોથી આ વિવિધતાની શોભા દિલચસ્પ બને.

કાચનારના વૃક્ષોનો પરિચય ઘણા ઓછાને હશે. વૈદ્યો આની છાલનો ઘણો ઉપયોગ કરે છે. બીડી વાળવા માટે આસોત્રાંના પાન આવે છે તે જ કુટુંબના આ વૃક્ષો છે. આ યુગ્મપત્રી વૃક્ષો ખરેખર દર્શનીય વૃક્ષો છે. બે પાન કેમ જાણે જોડાયેલાં ન હોય એવાં એનાં મોટાં ચળકતા પાન થાય છે અને એની ઉપર ગુલાબી, શ્વેત વગેરે ભિન્ન ભિન્ન રંગનાં મોટા સુંદર ફૂલો આવે છે ત્યારે આનો દેખાવ ભવ્ય લાગે છે. આખી હાર કાંચનાર વૃક્ષોની હોય તો એ રસ્તો જોતાં આંખ ધરાય જ નહિ. આ કાંચનાર વૃક્ષોને ગુલાબી, શ્વેત, જરા શ્વેત–ગુલાબી એવા ભિન્ન ભિન્ન રંગનાં પુષ્પો બેસે છે. બે શ્વેત રંગી કાંચનાર વૃક્ષો વચ્ચે એક ગુલાબી કાંચનારનું વૃક્ષ વાવવામાં આવ્યું હોય તો કેવું રમ્ય લાગે !

ઉપર જે થોડા દાખલાઓ આપેલા છે તે એક જ વખતે ખીલનાર વૃક્ષોના છે.

પુષ્પવૃક્ષો સિવાય સઘન છાયાવૃક્ષો પણ રાજમાર્ગો ઉપર વાવી શકાય. પુત્રંજીવ, અશોક, કમરખ, કદંબ, આસોપાલવ, લિંબડો, આંબલી, પારસપીંપળો—આ વૃક્ષો છાયાવૃક્ષો તરીકે ઉપયોગી છે. અશોક જ્યારે પુષ્પિત થાય છે, ત્યારે એનાં લાલચોળ ફૂલોના મોટા ગુચ્છાઓનાં દર્શન કરીને આંખ કૃતાર્થ થાય છે. પારસપીંપળાનાં મોટાં પીળા રંગનાં ફૂલો લીલાંછમ પલ્લવો વચ્ચે સુંદર દૃશ્ય ખડું કરે એવાં છે. લિંબડાને ફૂલો બેસે છે ત્યારે એની ખુશબો દૂર દૂર સુધી વાતાવરણને સુરભિથી ભરી મૂકે છે. આસોપાલવની છાયામાં વટેમાર્ગુઓ જરૂર થોડું થોભી જવા લલચાય. આવાં સુંદર વૃક્ષોની વચ્ચે અમુક અંતરે એકાદ ફૂલવાળું ઝાડ નાખવામાં આવ્યું હોય તો એ દેખાવમાં અવશ્ય વધારો કરે.

શહેર બહારનાં વૃક્ષો

પી. ડબલ્યુ.ના માણસો સડકો ઉપર ઝાડો ઉછેરવા માટે જૂ

પરિશ્રમ કરે છે. નાના છોડવા બકરાં વગેરે ન ખાઈ જાય એટલા માટે મજબૂત પાંજરાં ખોડવામાં આવે છે. અમુક અંતરે નિયમિત પાણી પાવામાં આવે છે. પરંતુ રસ્તાની બે બાજુ ઉપર આવેલ ખેતરોમાં વંછો પડે એટલા માટે આ વૃક્ષોને આપણા ભેવકૂફ ખેડૂતો વધવા દેતા જ નથી, કાપી જ નાખે છે. લાખો રૂપિયાનું ખર્ચ પરિણામે એળે જાય છે. પી. ડબ્લ્યુ. ખાતાએ પણ આ અનુભવ ઉપરથી ઘણું શીખવાનું છે. સમડીનાં વૃક્ષોનો વંછો ખેડૂતો લાભદાયક ગણે છે. તો પછી ખેતરો આવેલાં હોય ત્યાં બંને બાજુ સમડીનાં વૃક્ષો શું કામ ન નાખે? ખેતરો દૂર હોય ત્યાં છાયાવાળાં વૃક્ષો ઉછેરી શકાય. સમડી, બાવળ, વિલાયતી આંબલી–આવાં ઝાડો પી. ડબ્લ્યુ. રસ્તાઓ ઉપર નાખે તો ખેડૂતોને નુકશાન ન થાય તેમ જ બળતણ માટે જ્યારે ત્યારે આ લાકડાં કામમાં આવી શકે. બકરાં અને ગાડરાં માટે સમડી અને બાવળનો પાલો ખાવા ઠીક કામમાં આવે. પોંક વખતે આવાં કાંટાળાં વૃક્ષોની નાની નાની શાખાઓ ખેડૂત કાપી લાવી એની અંઘેટી પણ નાખી શકે. આજે તો જે ઝાડ નાખીશું તે પણ ખપનું જ છે એમ માની વિચક્ષણ અમલદારોએ પોતાના રસ્તાઓને યેન કેન પ્રકારેણ વિભૂષિત બનાવવા જ રહ્યા.

મોટાં શહેરની આજુબાજુ ગામડાંમાં જવાના જે રસ્તાઓ હોય છે તે રસ્તાઓ ઉપર મ્યુનિસિપાલિટીએ (અલબત્ત તે એકવાયર કરી લીધા પછી જ) મહૂડા, જાંબુ, આંબલી, કોઠી, સીસમ, શિરીષ, મોરબી બાવળ, છત્રો બાવળ વગેરેની એવન્યુ બનાવવી જોઈએ. ફળ, ફૂલ અને લાકડું ત્રણેય કામમાં આવે એવાં વૃક્ષો નાખવાં હિતાવહ છે.

બૂચ, યુકેલિપ્ટસ, શિરીષ જેવા ગગનચુંબી વૃક્ષો શહેરના સાર્વજનિક રસ્તાઓ ઉપર કદી વાવવાં ન જોઈએ કારણ કે વીજળીના

તારો નાખવામા તેથી મુસ્કેલી આવે માટે બહુ ઊંચાં વૃક્ષો શહેરના સરિયામ રસ્તાઓ ઉપર કદી ન વાવવા જોઇએ આવાં વૃક્ષો ઉદ્યાનોની ચોતરફ વા કોલેજ રોડ તરફ વાવવા જોઈએ. ખૂસનાં અણવિલંબી શ્વેતરંગી ખુશબોદાર ફૂલો અને એના એટલાં જ સુંદર પત્રોથી આ વૃક્ષનો અનાદર કરવા જેવું તો નથી જ. યુકેલિપ્ટસ બંગલાઓ, હોસ્પિટલો, બાગોના કંપાઉન્ડોમા વાવવા જોઈએ.

ગામડાંનાં વૃક્ષો

હિંદુસ્તાન એ ગામડાનો દેશ છે અને એકલાં શહેરોને સજાવીને જ આપણે નહિ બેસીએ. ગામડાંમાં આજે બાવળનું દાતણ કાપવા માટે બાવળનું ઝાડ શોધ્યું જડતું નથી. નાના નાના કુમળા બાવળના છોડ આટલા માટે ભાગ્યે જ ઊંચા વધવા પામે છે. ગામડામાં ઢોરને ચરવાનાં બીડ હોય છે. બીડ ખેડુતની પોતાની માલિકીનાં હોય છે. આ બીડમાં બાવળનાં વૃક્ષો પણ સહેલાઈથી ઉછેરી શકાય. ખેતીના ઉપયોગમાં આનાં લાકડાં ખેડૂતોને કામ આવે છે, બળતણ માટે પણ કામ આવે છે. ગોરાટ જમીનમા ખેતરોના છેડે આંબા, જાંબુ, મહૂડા વગેરેના વૃક્ષો ઉછેરવામાં આવે છે એ પ્રથાને ઉત્તેજન આપવું જોઇએ. મોટા પાયા ઉપર ગામોગામ નહિ તો દર પાચ ગામનું એક જૂથ બનાવી, ત્યાં વૃક્ષારોપણ–પર્વ સ્ત્રીપુરુષોની હાજરીમાં ઉજવાવવું જોઇએ. જે વધુ ઝાડો ઉછેરે તેને ઈનામ અને અન્ય પ્રલોભનો રાજ્યે આપવા જોઈએ. ગામડાંના રસ્તા ઉપર ડિ. લો. બોર્ડે ઉપયોગી ઝાડો ઉછેરવા માટે તનતોડ પ્રયત્નો આદરવા જોઈએ. ગામડાની નિશાળ એ ગામડાનું સંસ્કારકેન્દ્ર છે. એમાં નાનો પણ સુંદર ફૂલોના કયારાવાળો બગીચો જરૂર રાખવો જોઇએ, બને તો તેવા કંપાઉન્ડમાં ફૂલોની હરિયાળી (લૉન) કરવી. ગામડાંનું પાધર આજે પણ અમુક ભાવ અને ભવ્યતાનું સ્મરણ કરાવે છે. ત્યાં સુંદર ફૂલઝાડો વાવવાં જોઈએ.

નદી ઉપર આપણા ગામડા આવેલા હોય છે તો નદીકિનારે પણ સહેલાઈથી ઊગે એવાં ઝાડો ઉછેરવા રાજ્યે પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ.

જ્યાં ખારી જમીન હોય ત્યાં, શકય હોય તો, નાળિયેરીના લાખો ઝાડ વવડાવવા જોઈએ.

આપણાં પ્રાચીન શહેરોનુ સ્મરણ

આ લખતી વખતે રામાયણમા કરેલ અયોધ્યા નગરીનું વર્ણન મને યાદ આવે છે. શબ્દબ્રહ્મવિદ પરિણુત પ્રજ્ઞાવાળા એ આર્ષ કવિની વાણીની મીઠાશ તો ઓર જ છે. પરંતુ એમા એક પણ ચીજને છોડી દેવામા નથી આવી એ એ આર્ષ ગ્રન્થની વિશેષતા છે બાર યોજન લાંબી એ મહાપુરીમાં મોટા રસ્તાઓ હતા (**सुविभक्त-महापथा**)–રાજમાર્ગો જુદા હતા, આ રસ્તાઓ ઉપર હંમેશાં પાણીનો છટકાવ થતો હતો (**जलसिक्तेन नित्यश**.), અને એ મહારસ્તાઓ ઉપર આવેલા વૃક્ષો ઉપરથી ફૂલો ખરતા તેથી રસ્તાઓ પુષ્પોથી અવકીર્ણ રહેતા (**मुक्तपुष्पावकीर्णेन**) આ મહાનગરીમા અનેક ઉદ્યાનો અને ઉપવનો હતાં (**उद्यानाम्रवनोपेतां**) અને ચારેય બાજુ ગગનચુંબી સાલવૃક્ષો (**महती सालमेखलाम्**) આવેલા હતા.

અને લંકાનું વર્ણન પણ કવિએ કેવું સુદર કરાવ્યું છે ! લંકાનગરી દસ યોજન વિસ્તારવાળી અને વીમ યોજન લાંબી હતી. અને કયા કયા વૃક્ષોથી તે વિભૂષિત થયેલ હતી તે પણ આપણને બતાવે છે

ચંપક, અશોક, બકુલ, શાલ, તાલ, તમાલ, ફણસ, નાગકેસર, હિન્તાલ, અર્જુન, નીપ (કદબ), સપ્તપર્ણ વગેરે વૃક્ષોથી નગરી સુપુષ્પિતા હતી; ચોમેર તિલક, કર્ણિકાર (ગરમાળો), અને પાટલાના વૃક્ષો શોભી રહ્યાં હતાં અને આ વૃક્ષો ઉપર ચઢેલી અનેક લતાઓ ઉપર

પુષ્પો શોભી રહ્યા હતા આ વૃક્ષોના સુગંધિ પુષ્પોથી તરબોળ થયેલો વાયુ શરીરના પ્રાણને પોષતો હતો. (पुष्पससर्गसुरभि चवौ प्राण समोऽनिल) અને આવા તો દિલચસ્પ અનેક પ્રકૃતિસૌંદર્યોનાં દર્શન મહાકવિ આપણને ડગલે ને પગલે કરાવે છે આ વર્ણન જ્યારે વાંચીએ છીએ ત્યારે આજના આપણા શહેરોની કંગાલિયત યાદ આવી ચિત્તમા ખેદ થાય છે

કિષ્કિન્ધાકાણ્ડમા પંપા સરોવરનુ અતિમનોહર વર્ણન વાચતા રોમાચ ખડા થાય છે પક્ષીઓ અને વૃક્ષો સાથેનું આપણુ તાદાત્મ્ય કેવુ હતુ તે તો તે જોવાથી આપણને સમજાય છે

આ વિષય ઉપર ઘણુ લખી શકાય એમ છે પુરુષપ્રયત્નથી આપણા શહેરો અને ગામડા આપણે નંદનવન જેવા રમ્ય બનાવવા છે છેવટે મહાકવિ કાલિદાસે શકુન્તલાના પતિગૃહપ્રયાણ વખતે જે આશીર્વાદ આપ્યા છે—જે અભિપ્રાય દર્શાવ્યા છે–તે જ પ્રાર્થના આપણે પ્રભુ પાસે વારવાર કરીશુ કે હે ભગવન્! આ દેશમા ઠેર ઠેર રમ્ય સરોવરો કમનપુષ્પોથી શોભી રહો રસ્તામા જરા પણ સૂર્યનો તાપ ન લાગે એવા છાયાદ્રુમોથી આપણા માર્ગો શોભી રહો! રસ્તાઓ પદ્મપરાગની મૃદુ રજ જેવા કોમલ હો અને શાન્તાનુકૂલ પવન વાઓ અને અમારો પથ શિવકલ્યાણકારક હો!



૨૬. સ્વાસ્થ્ય–સંસ્કૃતિ

આયુર્વેદે ઉપદેશેલી દિનચર્યાનુ રોજ પાલન કરવામા આવે તો ભાગ્યે જ માણસો માદા પડે પ્રાતઃકાને બ્રાહ્મમુહૂર્તમા ઊઠવુ, શૌચ જવુ, દાતણ કરવું, મોમા તેનના કોગળા ભરવા, વ્યાયામ કરવો, તૈલનુ અભ્યંગ કરી સ્નાન કરવુ, સ્વચ્છ વસ્ત્રો પહેરવા, આંખોમા

એમના જીવનમા એ જ્ઞાન મૂર્તિમત બની રહેતું હતુ અને એ ૦ ખરો માર્ગ છે



૨૭. વિજ્ઞાન અને જ્ઞાન

'વિજ્ઞાન' શબ્દ વેદાન્તનો છે ગીતામા અનેક સ્થળે 'જ્ઞાન વિજ્ઞાનસહિત' શબ્દો વપરાયેલા છે ઉપનિષદોમા 'વિદ્યા' અને 'અવિદ્યા' શબ્દો આ જ અર્થમા વપરાયેલા છે અવિદ્યાથી અમૃતત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. ટૂકમા વેદાન્તનો 'વિજ્ઞાન' શબ્દ આજે ભૌતિક શાસ્ત્રો—Physical Sciences અર્થમા વપરાતો રૂઢ થઈ ગયો છે

વિજ્ઞાન—ભૌતિક શાસ્ત્રો—ની જરૂર બધા જ સ્વીકારે છે 'વિજ્ઞાન'ની નિંદા કરી શકાય એમ છે પરતુ એની લૂલી બાજુ જોવા કરતા એની ઉજ્વળ બાજુ જોવી જ સારી છે, એમ માની વિજ્ઞાન ઉપર થોડુક વિહગાવલોકન કરીશુ

વિજ્ઞાન ખૂબ જ ફાલ્યુફૂલ્યુ છે કોઈ કાળે નહિ જોયેલ એવા વૈજ્ઞાનિક જગતમા આજે આપણે વસીએ છીએ આજે આપણી મોટરો ચાલે છે, આપણે ચઢતા નથી લિફ્ટો ચઢે છે, આપણે બોલતા નથી, આપણા વતી આપણા રેડિયો બોલે છે સાત સાગરની પેલી પારનુ સગીત આજે આપણે સાભળી શકીએ છીએ જોડ કહે છે કે આજે આપણુ Press the button Existence છે—દરેકમા બટન દાબવુ એટલે બસ, મહાશક્તિ પૂરપાટ વેગે આપણને વિશ્વમા ફેરવી લાવશે



માનવીના સુખ માટે વિજ્ઞાને ઘણુ કર્યું છે પરતુ આ બધું સુખસાધનો ભોગ—વિનાસો પ્રચડ વેગે ઉડ્ડયન—આ બધાથી મનુષ્યજાત શુ ખરેખર સુખી થઈ છે ? આ વિજ્ઞાનથી આજે અદ

તામાં અદકો માણસ પણ અંજાઈ ગયો છે અને તેનાં ગુણગાન ગાવામાં ગૌરવ લેતો થયો છે. વિદ્વાનો કરતાં પૃથગ્જનો ભૌતિક વિજ્ઞાનનાં ખૂબ વખાણ કરતા થયા છે. (આ વિજ્ઞાનયુગનું જોડે (ઇંગ્લાંડના મશહૂર માનસશાસ્ત્રી અને તત્ત્વવેત્તા) ઠીક મૂલ્યાંકન કર્યું છે. તે કહે છે કે "We have mastery of means and bancruptcy of ends.") સાધનોના ઢગો આપણી સામે ખડકાયેલા છે અને તે બધા ઉપર આપણો કાબૂ છે પરંતુ એની પાછળ કોઈ વિશિષ્ટ ધ્યેય નથી—ભાવના નથી. સાધનોના ઢગ અને હેતુ યા દષ્ટિનું દેવાળું એ આજનો જમાનો છે.

*

વિજ્ઞાને જે અદ્ભુત સિદ્ધિઓ ખડી કરી છે તેની સાથે જીવનની ભવ્યતા—આદર્શની ઉચ્ચતા ખીલવી હોત તો આજે જે ભયંકર યુગમાં આપણે આવી પડયા છીએ તે જોવાનો વખત ન આવત. ભૌતિક શાસ્ત્રો પાછળ વિજ્ઞાનીઓ પડયા, એમની પાસે માનવ-કલ્યાણની ભાવના ન હતી. જે સર્જન તેઓ કરી રહ્યા છે તેથી શાં પરિણામ આવશે એ જોવા જેટલી વિશાળ દૃષ્ટિ તેમનામાં ન હતી. તેમનામાં ધૂન હતી, ઉત્સાહ હતો અને શોધો થઇ. પ્રયોગ-શાળાઓ ખોલી એટલે પરિણામ કંઇ લાવવું જ જોઈએ. પરિણામે આજે હેતુ સિવાય ભૌતિક શાસ્ત્રોએ નવાં બળો ઉત્પન્ન કર્યાં છે. વાંદરાના હાથમાં રત્ન ગયું છે. જોડના શબ્દોમાં કહું તો 'School boys, Savages' છોકરવાદી વિદ્યાર્થીઓ અને જંગલીઓના હાથમાં આ મહાશક્તિઓ પડી છે. આ શક્તિઓને વશ રાખવાની હતી તેની જગાએ આ શક્તિઓ જ માનવજાત ઉપર સવારી કરતી થઈ ગઈ છે. શિવે દક્ષયજ્ઞધ્વંસ વખતે ગણો સર્જ્યા હતા પરંતુ તેનું નિયમન તેમને માટે શકય હતું. આજે તો વિજ્ઞાને આ ગણો ઉત્પન્ન કર્યા છે પરંતુ તેનું નિયમન તેમના હાથમાં રહ્યું નથી.

પરિણામે આજના વિચારકોને આ ભૌતિક વિકાસવાદ ભયંકર જણાવા લાગ્યો છે. આ વિચારકો—જેવા કે જોડ, જગ, જિરાલ્ડ, હર્ડ, એલ્ડોસ હક્ઝલી, જીન્સ એડિંગ્ટન, એલેક્સિસ કેરેલ, કેનેથ વૉકર વગેરે—કહે છે કે આટઆટલા સાધનો સાથે માનવજાત આજે જેટલી દરિદ્ર છે નિસહાય છે—તેટલી કદી ન હતી. ભૌતિક ઉત્ક્રાન્તિ Physical Evolution હવે પૂરી થઈ છે અને હવે જરા પણ કાનક્ષેપ સિવાય જો માનવ જાત આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાન્તિ Spiritual Evolutionમા મ્યુટેશનથી અર્થાત્ સહસા વિવર્તવાદથી જો કૂદકો નહિ મારી શકે તો તેને બચવાનો આરો જ નથી. અને આ માટે આ આ બધા વિચારકો પૂર્વ સામે જોતા થયા છે. યમ, નિયમ, બ્રહ્મચર્ય, સાધના, તપશ્ચર્યા, યોગ આ બધા સબધી વિચાર કર્યા વિના માનવજાત બચવાની જ નથી એમ જોડ તો કહે છે. એ આજની દુઃખી અને વિભ્રાન્ત માનવ જાત માટે મારું પ્રિસ્ક્રિપ્સન તો ધ્યાન, ધારણા, તિતિક્ષા, યમનિયમ, પ્રાણાયામ, મૌન વગેરે છે.

×

શ્રી અરવિંદ માનવતા ઉપર જે દિવ્ય શક્તિનુ અવતરણ કરવા માગે છે તે આ સાથે વિચારી જોવા જેવું છે. દિવ્ય શક્તિને અવતારવી હોય તો આપણે પ્રત્યેક જડ ભૌતિક પદાર્થોને દિવ્ય બનાવવા પડશે. Evolution & Involution must go together. જે દિવ્ય શક્તિ અવતારવાની જરૂર છે તેને માટે પાત્ર થવાનુ અનિવાર્ય છે. અંતરઅવગાહન, ભગવાનને ચરણે પોતાની જાતને અર્પણ કરવી, અહંતા માત્રનો ઉચ્છેદ કરવો—આ બધા સિવાય દૈવી જીવનનુ અવતરણ શક્ય જ નથી. ભૌતિક શાસ્ત્રોની ખીલવણીની જરૂ હતી. જે આધ્યાત્મિક ભૂમિકા ઉપર માનવ સમાજ રચવાનો છે તે માટે પણ આજની આ દશા અનિવાર્ય હતી ભૌતિક સાધનો પોતે દાઠ નથી, એ સાધનો માનવજાતની આધ્યાત્મિકતામા અંતરા

પણ નથી પરંતુ એ પચાવવા શુદ્ધ બ્રાહ્મણો જોઈશે-વિજ્ઞાન સાથે જ્ઞાન-Intuition નહિ હોય તો આપણી મુક્તિની સંભાવના નથી. Both must run parallel-બંને સમાન ચાલવા જોઈએ. તો જ સુસંવાદિતા પ્રગટશે, માનવજીવન ભવ્ય થશે અને જે આસુરી બળો આજે છૂટાં મુકાયાં છે તે જ બળો પાસે સુંદર કામ લેવાશે.

*

પ્રાચીન યુગમાં ક્ષુદ્ર જીવનની ઉત્ક્રાન્તિ થતાં થતાં મોટા વિકરાળ-કાય સર્પો જેવાં બૃહત્કાય પ્રાણીઓ mesozoic raptiles-થયાં હતાં એમ પંડિતો આપણને કહે છે. આ પ્રાણીઓનાં કાય એટલાં મોટાં હતાં કે તેને કેમ ફેરવવાં, ચલાવવાં તે માટે જે મગજ જોઈતું હતું તેનો તેમાં લગભગ અભાવ હતો. આજે વિદ્વાનો એમ કહે છે કે યંત્રો, ફેક્ટરીઓ, અનેક જાતની વિકરાળ શક્તિઓ રૂપી સમાજનું આજનું પ્રચંડકાય શરીર પણ નાનાં મગજોને લઈને, કેમ વ્યવસ્થિત કરવું તે કોઈથી સમજાતું નથી. જેમ એ મહાકાય સર્પો છેવટે નાશ પામ્યા તેમ જ આ વિરાટકાય સમાજ પણ પોતાના જ ભારથી ભાગીને નાશ પામવાનો છે; સિવાય કે કોઈ વિરાટ પુરુષના મગજ-માંથી આને કેમ બચાવવો તે નિર્દેશાય. આથી જ ભૌતિક વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓથી આનંદ પામવાનું નથી. તે વિરાટ શક્તિઓને એટલા જ વિરાટકાય જ્ઞાનીઓ પોતાના તપોબળે કરી માનવજાતના ઉત્કર્ષ માટે ન વાપરી બતાવે ત્યાં સુધી માનવજાત બચવાની નથી. આજના યુવાનોને વિજ્ઞાન સંબંધી મારા વિચારો પસંદ નહિ પડે એ હું સારી રીતે જાણું છું. પરંતુ મારો તો આગ્રહ છે કે ભૌતિક-શાસ્ત્રો સાથે જ્ઞાનવાન થાઓ. એ જ્ઞાનચક્ષુઓથી જે જણાશે તે જ સાચું અને ચિરસ્થાયી હશે.

★

૨૮. વિજ્ઞાનના ભવિષ્યમાં

એક વખત હું રકાઉટ રેલી માટે પાવાગઢ ગયેા હતેા. મારા મુકામ સામે એક ઝાડ હતું. એક દિવસ અચાનક મધમાખીઓનું ટેાળું એ ઝાડની બે મેાટી શાખાઓ વચ્ચે આવેલી એક નાજુક ડાળખી ઉપર બેસવા લાગ્યુ. પ્રથમ મધમાખ-રાણી, પછી મજૂરેા એક પછી એક, હજારેાની સંખ્યામાં આવ્યા, ગણુગણ્યા અને અંતે એ નાનકડી ડાળ ઉપર બેઠાં. બીજે દિવસે મેં જોયું તેા ખાસેા મેાટા મધપૂડેા બની ગયેા હતેા.

દરરેાજ સવારમાં હું આ મધપૂડેા જોતેા હતેા. મધમાખીઓ કંઈ જતી હશે, શું લાવતી હશે, વગેરે જોવાજાણવાની મેાઈચ્છા હતી. પરંતુ કશું જ બનતું હતું નહિ. મધપૂડેા શાંત, નિશ્ચલ જામ્યેા હતેા.

પરંતુ એક દિવસ એ મધપૂડા પાસે એક ગરેાળી (lizard) મારા જોવામાં આવી અને મારા અચંબાનેા પાર ન રહ્યો. આ ગરેાળી મધપૂડા પાસે કેમ બેઠી હશે! એ જાણવાનું કુતૂહળ વધ્યું અને મેં જાણ્યું કે એ છાનીમાની મધમાખીઓને હજમ કરતી હતી! ગરેાળીએ પેાતાની પૂંછડી જે ડાળ ઉપર મધપૂડેા હતેા તે ઉપર જ લપેટી હતી અને એકે એકે મધમાખી પકડીને તે ઉજાણી કરતી હતી. જાણે કે કંઇ જ બનતું ન હેાય એવી શાંતિ પ્રવર્તી રહી હતી.

મધમાખીઓનેા ગણુગણાટ હમેશ મુજબ ચાલી જ રહ્યો હતેા. પેલી ગરેાળી તરફ હું એકીટસે પાંચેક મિનિટથી જોયા કરતેા અને એ દરમિયાનમાં ચાર વખત એ ક્રિયા—માખીઓને આરેાગી-જવાની-ચાલતી. પછી આંખેા બંધ કરી એ શાંતિથી સૂઈ જતી! મધમાખીઓને ખબર ન હતી કે તેમનેા કાળ ૩-૪ ઇંચ દૂર જ શાંતિથી પેાઢેલેા હતેા.

દરરોજ એ ગરોળી ત્યાં બેસતી, મધમાખો પકડતી અને ખાતી. ખાઈને તે હૃષ્ટપુષ્ટ થતી પરંતુ મધપૂડો ઓછો થતો જણાતો. મેં પાવાગઢ છોડતી વખતે ત્યાંના એક વતનીને આ ક્રિયા હંમેશાં જોયા કરવાનું અને આખર શું થાય છે તે જણાવવાનું કહી રાખ્યું હતું. ખબર પ્રમાણે બે મહિનામાં આખોયે મધપૂડો આ ગરોળી ખાઈ ગઇ હતી! મધપૂડો પૂરો થયા બાદ ગરોળી ત્યાંથી અદૃશ્ય થઈગઈ હતી! મધપૂડાના થોડાક કડકાઓ ડાળે વળગેલા રહ્યા હતા.

નૈસર્ગિક 'પ્રેરણા-instinct-ઉપર સ્વતંત્ર વિચારની આ સંપૂર્ણ જીત હતી. આ છતાંય લોકો કહે છે કે મનુષ્યસમાજની રચના ભવિષ્યમા આ મધમાખીના સામ્યવાદને ધોરણે જ રચવી પડશે. મધમાખીનું સમાજતંત્ર એ સંપૂર્ણ સામ્યવાદ છે. એના કરતાં બીજું સારું ધોરણ મનુષ્યજાતિ માટે છે જ નહિ, એમ લાંબા કાળથી ઘણા કહેતા આવ્યા છે અને હજીયે આપણા હિંદી સામ્યવાદીઓ પણ આવા જ ધોરણ ઉપર સમાજની રચના રચવાનું કહી રહ્યા છે.

પ્રત્યેક મધપૂડો એ એક સ્વતંત્ર રાજ્ય છે. ત્યાં સમાજના સામાન્ય હિત માટે સર્વ નિયમિત કામ કરે છે અને અન્ય કોઇ જો ત્યા ઘૂસવા આવે છે તો જબરજસ્ત સંગ્રામ માખીઓ જમાવે છે. પ્રત્યેક મધમૂડો સામ્યવાદી તંત્રનો ઉત્તમ નમૂનો છે. ઉત્ક્રાન્તિના ક્રમાનુસાર મધમાખીઓએ મધપુડામાં એક એવી રાજ્યતંત્રની રચના કરેલી છે કે તેનો જોટો બીજે કંઇ જોવા ન જ મળે! એ રાજતંત્રનો ઉત્તમ નમૂનો છે એમાં સંશય છે જ નહિ.

મધપૂડામાં જે મોટી સંખ્યા છે તે કામ કરનારી માખીઓ- 'વર્કર્સ'-ની છે, જે રાતદિવસ રાજ્ય માટે—રાજ્યના ભલા માટે-મહેનત કરે છે. આ 'વર્કર્સ'-કામદારો-એ બધી સ્ત્રીઓ છે જેમણે પોતાનું માતૃત્વ-પ્રજાવૃદ્ધિ-સમાજના સુખ માટે જતું કર્યું છે. ટૂંકમાં

મધપૂડાના આ કામદારો વંધ્યા સ્ત્રીઓ છે. આ વંધ્યાઓ ઉપર એક આપખુદ-autocrat-રાજ્ય કરે છે જેને આપણે 'રાણી' કહીએ છીએ. એક ખાસ પ્રકારનો ખોરાક, જે કામદારો જ્યારે તે નાની, અપક્વ અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે તેને ખવડાવે છે એટલે જ રાણી થઈ શકે છે. મધપૂડામાં જો કોઇ પ્રજા ઉત્પન્ન કરનાર હોય તો તે કેવળ આવી રાણીઓ જ છે. એક જાતનો ખાસ ખોરાક ખવડાવવાથી જ આ રાણીઓ ઉત્પન્ન થાય છે એ વાત જો ખરી હોય તો મધમાખીઓ કુદરતનું એક ગુપ્ત રહસ્ય શોધી શકી છે એમ કહેવામાં અતિશયોક્તિ થતી નથી. ઇચ્છા મુજબ લિંગ-જાતિ-Sex-નક્કી કરી શકે એવો ખોરાક જો મનુષ્યજાતિ શોધી શકે તો જગતમાં કેટલી ઉથલપાથલ થાય! વિજ્ઞાન આ નજદીકના ભવિષ્યમા આવું કશું કરવા માગે છે. પરંતુ હાલ તો મધમાખીઓ આપણી સુધરેલી સમાજ-વ્યવસ્થા કરતાં ઘણી આગળ છે જ.

મધપૂડામાં 'નરો' છે જેને 'prones' કહેવામાં આવે છે. એ કામ કરતા નથી પરંતુ આળસુ જીવન જીવી રહ્યા હોય છે. મધપૂડાને ભોગે એ જીવે છે. આ 'નરો'માંથી કોઈ એક નર જ્યારે રાણીને ગર્ભવતી બનાવે છે ત્યારે તેના અસ્તિત્વની મુદ્દલેય જરૂર મધપૂડામાં જણાતી નથી. પરિણામે 'કામદાર' સ્ત્રીઓ આ નરો ઉપર તૂટી પડે છે અને ડંખ મારી મારીને તે 'નર' ને મારી નાખે છે. નરને બિચારાને ડંખ હોતો જ નથી. ડંખ હોય તો સામો મારે ને? ખરેખર મધપૂડાના સામ્રાજ્યમાં સ્ત્રીયારાજ્ય છે અને સ્ત્રીઓનો નરો ઉપર ઓછો જુલમ છે!

ભવિષ્યના સામ્યવાદી તંત્રમાં મનુષ્યસમાજમાં પણ સ્ત્રીઓનો નરો ઉપર જ આવો જુલમ હશે કે કેમ તે કોણ કહી શકશે? મનુષ્યસમાજમાં નર વિશેષ સક્રિય છે અને 'માદા' અક્રિય-passive-છે પરંતુ પુરુષના જુલમોનો ભોગ માદાઓને બનવું પડે છે એમ ઘણા

માને છે! ભવિષ્યના માનવસમાજમાં વિજ્ઞાન, નરોની સંખ્યા અત્યલ્પ બનાવવાની ઉમેદ રાખે છે જેથી હાલનો પ્રજા-પ્રશ્ન (population -problem)સહેલાઇથી ઉકેલી શકાય. મધમાખીઓ માફક ઐચ્છિક જાતિ-'sex at will—' ઉત્પન્ન કરી શકાશે ત્યારે મનુષ્યસમાજ કેવો હશે તે આજે કહેવાની ધૃષ્ટતા શે થાય?

વિદ્વાનો કહે છે કે છેલ્લી સદીમાં સૃષ્ટિ ઉપરની જનસંખ્યા ચારગણી વધી છે. દરેક સુધરેલા દેશમાં આપણે વધુમાં વધુ વસ્તીના શિખરે આવી પહોંચ્યા છીએ. 'સંતતિનિયમન'ની સેવાઓ પ્રજા પાસે મોજુદ છે-કેટલાક સુધરેલા દેશોએ આની મદદથી પ્રજાની સંખ્યા ઘણી ઘટાડી પણ છે. પરંતુ કેટલાક ચોખલિયાઓએ, સાથે સાથે ગોરી પ્રજાઓને ચેતવવા માંડી છે કે 'એ ગોરાંગો! ચેતો, આપણી જનસંખ્યા ઘટશે અને કાળી તથા પીળી પ્રજાની સંખ્યા વધ્યા કરશે તો આપણે એ પ્રજાઓથી મહાત થઈશું!'

વિજ્ઞાનમાં રસ લેતા અને આધુનિક વિજ્ઞાનને જ અભ્યુદયનો કર્તા માનનારા કહે છે કે જનસંખ્યા વધી છે તેનું કારણ ચિકિત્સા-શાસ્ત્રની અદ્દભુત ખીલવણી એ જ છે. પ્રથમ લાખો બાળકો મરણશરણ થતાં હતાં તે હાલ નથી મરતાં, અને આ બાળકો બીજાં બાળકોને જન્મ આપી રહ્યાં છે. "સબળો નબળાને ખાશે"— survival of the fittest-એ નિયમ જૂઠો પડયો છે. વધુ unfit-નાલાયક પ્રજા વધવા લાગી છે. વિદ્વાનો કહે છે કે C3 ત્રીજા નંબરની અયોગ્ય પ્રજા દિન પર દિન વધી રહી છે! પરંતુ વિજ્ઞાનની મદદથી એને યોગ્ય બનાવવાના સઘળા પ્રયત્નો ગતિમાં મુકાયા છે. સગર્ભાવસ્થામાં, પ્રસૂતિ વખતે, પ્રસૂતિ પછી-માતાઓની સંભાળ ઝીણવટથી રાખવામાં આવે છે. તેમના આહારવિહાર ઉપર પુષ્કળ પ્રકાશ પડયો છે. સુવારોગ જેવો દારુણ રોગ લગભગ અદશ્ય થવાની અણી ઉપર છે. માતાના ઉદરમાં હોય છે ત્યારથી તે બહાર

આવે છે અને મોટા થાય છે ત્યા સુધી બાળકો માટે પૂર્ણ કાળજી રાખવામા આવે છે તેમને માટે મફત દૂધ પાવાની વિશાળ પાયા ઉપર યોજનાઓ, શિક્ષિત દુનિયામા, અમલમા મુકાયેલી છે 'વિટામિન'ની શોધથી, સપૂર્ણ સ્વચ્છતાથી, નિશાળોમા બાળકોની વૈદ્યકીય પરીક્ષાઓથી, આખ, દાત અને કાકડાની સભાળથી મરણપ્રમાણ ખૂબ જ ઘટ્યુ છે અને હવે ખુલ્લા જગ્યામા રહેવાનુ અને ગમવાનુ, રમતગમતો, વ્યાયામશાળાઓ, વગેરેની યોજનાઓ વિચારાઈ રહેલી છે મોટાઓ માટે કામ કરવાના ઓછા કલાકો, યત્રોનુ કૌશલ્ય, ઉચિત ખાનપાન, રહેવાની ગોઠવણો અમલમા આવી ગઈ છે

C3 ત્રીજા વર્ગની જે પ્રજા જન્મી ગઇ છે તેને માટે આ બધુ જ બરાબર છે એ પ્રજા જન્મી ગઈ છે એટલે હવે તેમને માટે જે થઈ રહ્યુ છે તે બરાબર છે પરતુ વિદ્વાનો હવે વિચારી રહ્યા છે કે આમાનો મોટો ભાગ જન્મ્યો જ ન હોત તો સારુ થાત ભવિષ્યમા આવુ ન થાય તે માટે અગમચેતી રાખવાની વિજ્ઞાનની ફરજ ઊભી થઈ છે! પ્રજા ઓછી થાય, જે થાય તે સુયોગ્ય થાય- એ વિજ્ઞાનનો આદર્શ છે સુપ્રજનનશાસ્ત્ર-Eugenics-ખીલ્યુ છે- ખીલી રહ્યુ છે અવનવા પ્રયોગો વનસ્પતિ, પશુપખી અને અન્ય જીવો ઉપર ચાલી રહ્યા છે જે પોતાના કુટુબનુ સારી રીતે ભરણ પોષણ કરી શકે તેમની પ્રજાને કેળવી શકે એવા જ કુટુબોને પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનુ કહેવામા આવશે દરેક કુટુબનો ચોપડો રાખવામા આવશે, એમા એના પેઢી દર પેઢીનો ઇતિહાસ લખાશે કયા રોગોથી કોણ મરી ગયુ તેની નોંધો લેવાશે ચાદી પરમિયા જેવા ચેપી રોગોની અસર એ કુટુબમા છે કે નહિ તે તપાસીને નોંધાશે ક્ષય, કેન્સર, ઉન્માદ, રક્તસ્રાવ (હિમોફિલિયા) વગેરે રોગો બરાબર નોંધાશે અને લગ્ન કરતી વખતે સમાજશાસ્ત્રીઓ અને ચિકિત્સકો સાથે બેસીને લગ્નગ્રથિઓ રચવાની રજા આપશે તો જ લગ્નો થશે Mental Defective Acts-મગજની ખોડખાપણવાળા જે માબાપો હોય

તેની પ્રજાને શરુઆતથી જ રાજ્ય એ માબાપોથી વિખૂટાં પાડી માનસિક રોગના નિષ્ણાતોની મદદથી ચાલતી સંસ્થાઓમાં ઉછેરવામાં આવશે.

ચિકિત્સાશાસ્ત્રમાં શસ્ત્રક્રિયા પણ આ કલ્યાણયોજનાની વહારે ધાઈ છે. જે પુરુષ યા સ્ત્રીને સંતાનની જરૂર ન હોય તેમની ઉપર શસ્ત્રક્રિયાઓ કરવામાં આવે છે. પુરુષ ઉપર આ જાતની શસ્ત્રક્રિયા ઘણી સહેલી મનાય છે. અંડમાંથી ઉપર જતી એક વીર્યવાહી નલિકાને વચમાંથી કાપીને બાંધી દેવાથી અંડકોષમાં ઉત્પન્ન થતા વીર્યજીવો ઉપર ચડી શકે નહિ અને આવી રીતે લગ્નસુખ ભોગવી શકાશે. છતાંય પ્રજા નહિ થાય. જર્મનીમાં હિટલરે આવું વિશાળ પાયા ઉપર કર્યું હતું. ગાંડા, માનસિક ખોડખાંપણવાળા, ભયંકર ગુનેગારો, વારસામાં સંક્રાન્ત થતા કેટલાક દુઃખપરંપરા જન્માવનાર રોગોથી પીડિત થતા માણસો આ બધા પુરુષોને ખસી કરવામાં આવે છે. ઝેરી વૃક્ષોનાં ઝેરી બીજ જન્મશે જ નહિ.

ઘોડદોડની હરીફાઇના સુંદર ઘોડાઓની સાતસાત પેઢીઓના ઇતિહાસો રખાય છે અને ઓલાદ સુધારવા માટે લાખો અને કરોડો રૂપિયા ખર્ચવામાં આવે છે. શિકારી કૂતરાઓ, ઘોડદોડની હરીફાઇમાં ઉતારવાના ઘોડાઓ અને દૂઝણી ગાયો—આ ત્રણ માટે કરોડો રૂપિયાનો આપણે આજે ખર્ચ કરી રહ્યા છીએ. પરંતુ મનુષ્યઓલાદ સુધારવા માટે આપણે શું કરીએ છીએ? પરંતુ મનુષ્યઓલાદ સુધારવી એ ઘોડા આદિ ઓલાદ-સુધારણા જેવું સહેલું કામ નથી. ઘોડામાં ઝડપ, ચાલાકી જોઇએ. પશુઓમાં એક જ ગુણની અભિવૃદ્ધિ આપણે ઇચ્છીએ છીએ. મનુષ્યજાતમાં એક જ ગુણની અભિવૃદ્ધિ શકય જ નથી—એનો વંશશુદ્ધિનો પ્રશ્ન જબરો જટિલ બન્યો છે. અતિમાનવ-genius-કંઇ આમ ન જન્માવી શકાય. સામાન્યમાંથી અસામાન્યનો પ્રાદુર્ભાવ એનું નામ 'જીનિયસ'-પ્રાણીશાસ્ત્રનું 'મ્યુટે

પરંતુ મનુષ્યોમાં ભાવનાઓ, વૃત્તિઓ, એવી છે કે તે સુપ્રજનનશાસ્ત્રના નિયમોને વશવર્તી નહિ જ રહે. એકાદ અતિસુંદર કુમારિકાનો ભેટો થયો—આંખે આંખ મળી–સંવનન ચાલ્યું અને બન્ને પરણી ગયા. કુદરતી પ્રેરણાઓને સ્થગિત કરવાની વિજ્ઞાનને સત્તા પ્રાપ્ત થશે ખરી ? ગમે તેવા સિદ્ધાન્તોનું, ક્રિયામાં ઉતારતા, પાણી મપાય છે.

અને આથી જ પ્રોફેસર હેલ્ડેનનાં ટયુબ બેબીઝ " Ectogenic Baby" તરફ વિશ્વનું ધ્યાન ખેંચાયું છે. પ્રયોગશાળામાં ફલિત થયેલા સ્ત્રીબીજને અનુકૂળ સંજોગોમાં ગરમી પ્રકાશ ઇત્યાદિમાં રાખવામાં આવે છે. માતાના રક્તમાં જે તત્ત્વો છે તે તમામ તત્ત્વોવાળું બનાવટી પ્રવાહી એ ફલિત સ્ત્રીબીજ (fertilized female cell)ને પહોંચાડવામા આવે છે. ટૂંકમાં, માતાના ગર્ભાશયમાં જેવી ગરમી, પ્રકાશ, પ્રવાહી વગેરે ગર્ભને મળે છે તે તમામ બનાવટી રીતે તે ફલિત સ્ત્રીબીજને આપવામાં આવે છે. સંભવ છે કે આમ અનુકૂળ સંજોગોમાં રખાયેલું સ્ત્રીબીજ યા સ્ત્રીકોષ (cell) વિભાજિત થશે, વધશે અને અંતે પુખ્ત કદનું જીવન્ત પ્રાણી બનશે. અમેરિકાના એક ડૉકટરે અમુક કોષસમૂહ–tissue–ને આવા પ્રવાહીમાં વર્ષોથી રાખ્યું છે અને તે જીવતું જણાયું છે. કૂતરાના હૃદયને તેના શરીરમાંથી છૂટું કરી, યોગ્ય મિશ્રણ પહોંચાડી વર્ષોથી ધબકતું રાખી શકાયું છે. પરંતુ હજી કોઇ જીવન્ત પ્રાણી ઉપર–ફલિત થયેલા સ્ત્રીબીજને પકડી યોગ્ય મિશ્રણમાં રાખી, પુખ્ત કદનું બનાવી શકાયું નથી. પરંતુ પ્રાણીશાસ્ત્ર (બાયોલોજી)ના અદ્દભુત પ્રયોગોએ હાલ એવા કેટલાક આશ્ચર્યમાં ગરક કરી નાખે એવાં ઈંડાં ઉપર અને ઈંડાંમાંથી નીપજતી ઇયળો (લાર્વા) ઉપર-પ્રયોગો અજમાવ્યા છે અને આપણને ભવિષ્યની ઉજ્જવલ આશાઓ આપી છે.

'Fundulus–ફંડયુલસ' નામની એક મચ્છી થાય છે. તેનું ઇંડું મીઠાવાળા પાણીમાં (salt–water) મૂકીએ તો અંદરથી ઇયળ

(લાવી) નીકળે છે. સાધારણ રીતે આ મચ્છીને બે આંખો હોય છે—બે બાજુ તરફ બે. પરંતુ જો પાણીમાં મેગ્નેશિયમ ક્લોરાઇડ ઉમેરી તેમાં જો મચ્છીને રાખવામાં આવે છે તો એ મચ્છીને બે તરફ બે આંખોને બદલે વચમાં જ ફક્ત એક મોટી આંખ નીકળે છે !

'સી-અર્ચિન' નામનું નાનકડું કાંટાવાળું પ્રાણી બધાંએ જોયું હશે. એનાં ઇંડાં સમુદ્રના પાણીમાં હોય તો એમાંથી 'સી-અર્ચિન્સ' નીકળે છે પરંતુ જો આપણે એ સમુદ્ર પાણીમાંથી ચૂનાનો ભાગ ખેંચી લઇએ અને ઇંડાં રાખીશું તો ઇંડું બિલકુલ વધશે નહિ.

આ ઉપરથી આપણે જાણી શકીશું કે જે વાતાવરણમાં–સંજોગોમાં ઇંડું વધે છે યા નથી વધતું તે વાતાવરણની ઇંડા ઉપર ઘણી જ અસર હોય છે.

વળી ઈંડામાંથી પ્રાણી બહાર આવે છે તેમાં આહાર પણ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આ વિષે દેડકાંનાં ઈંડાં–જે સહેલાઈથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે—ઉપર કેટલાક અદ્દ્ભુત પ્રયોગો થયેલા છે. દેડકાંનાં ઈંડાં (ફલિત થયા બાદ) પાણીમાં જ સેવાય છે. પાણીમાં તે ધ્યળના રૂપમાં રહે છે અને માછલી માફક તેમને પાંખો (gills) હોય છે. આ ધ્યળોમાંથી 'ટેડપોલ્સ' થાય છે. આ ટેડપોલમાંથી દેડકું થતાં પહેલાં તેની પૂંછડી અને પાંખો બન્ને ગુમાવે છે.

હવે આ ટેડપોલમાંથી દેડકું થતાં ગરમીના આધાર છતાંય ઘણાં અઠવાડિયાં લાગે છે. પરંતુ જે પાણીમાં ટેડપોલ તરતું હોય તે પાણીમાં થોડોક થાઇરોઇડ ગ્રંથિનું સત્ત્વ (એક્સટ્રેક્ટ) નાખીશું તો ત્રીજા ભાગના વખતમાં–મહિનો થતો હોય તો ૧૦ દિવસમાં---ટેડપોલમાંથી દેડકું થાય છે.

ટેડપોલને મનુષ્યોની માફક નાની થાઇરોઇડ [કંઠ્યગ્રન્થિ] ગ્રંથિઓ હોય છે અને ટેડપોલને મારી નાખ્યા વિના આ ગ્રંથિઓ તેના દેહમાંથી કાઢી શકાય એમ પણ છે. જો આમ કરવામાં આવે છે તો

એક વિચિત્ર વાત બને છે ટેડપોલ મોટું ને મોટું વધતું જ જાય છે પરંતુ દેડકું થતું નથી. ટેડપોલમાથી દેડકું થવા માટે તેને તેની થાઇરોઇડ ગ્રંથિઓની જરૂર પડે છે. હવે જો એ ટેડપોલને–થાઇરોઇડ ગ્રંથિવિહીન ટેડપોલને જો તમે થોડું થોડું થાઇરૉઇડ ગ્રન્થિનુ સત્ત્વ આપશો તો તુરત જ તે દેડકામા બદલાઇ જાય છે અર્થાત્ હવે આપણે કહી શકીએ છીએ કે ટેડપોલમાથી દેડકુ થવા માટે થાઇરોઇડના સત્ત્વની તેને જરૂર છે જ.

આ જ પ્રમાણે જો મનુષ્યજાતિને બનાવવાની કે બદલાવાની શકયતા હોય તો એનું પરિણામ શું આવે ? આ પ્રશ્ન ઍલ્ડોસ હક્સલીએ Brave New World 'બહાદુર નવી દુનિયા' નામની તેની ચોપડીમા ચર્ચ્યો છે. સ્ત્રીબીજ કયી સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાથી લેવામાં આવ્યું છે, કયા પુરુષના વીર્યથી તે ફલિત થયું છે, આ જાણ્યા પછી આપણે ભાવિ પ્રજાની બુદ્ધિ, મેધા, દીપ્તિ, આરોગ્ય વગેરે ઉપર જરૂર વિચાર કરી શકીએ અને લાભ ઉઠાવી શકીએ.

હવે આવા સશક્ત સ્ત્રીપુરુષથી બનેલા ફલિત સ્ત્રીબીજને જો યોગ્ય મિશ્રણમા પિચ્યુઇટરી ગ્રંથિનો અંતઃસ્રાવ નાખીએ તો પ્રજા જરૂર સશક્ત થાય જ; કારણકે પિચ્યુઇટરી ગ્રંથિનો અંતઃસ્રાવ અસ્થિવૃદ્ધિ સાધનાર છે અને યોગ્ય માત્રામા જો આપણે તેને યોજી શકીએ તો જરૂર, જો પ્રજા એમાથી થાય તો, તે ખાસી ૬॥ ફીટ ઊંચી નમૂનેદાર પ્રજા જ હોય !

પ્રજાનું નિયમન ભવિષ્યમા કયી જાતનો ખોરાક પ્રજાને ખાવા મળશે તે ઉપરથી નક્કી થશે. ભૂતકાળમાં આમ જ બનતું. પરન્તુ અત્યારે આપણને જે જ્ઞાન આહારનું મળ્યું છે તે જોતા આ વિષયમાં ઘણું કહી શકાશે. લગભગ તમામ યુદ્ધોનું કારણ આહારનો પ્રશ્ન જ હતો અને છે.

મનુષ્યજાતિ ખેતી કરતા શીખી, પશુ પાળતા શીખી તે પહેલા શિકાર કરીને કે કંદમૂળ ખાઈને રહેતી હતી. શિકાર માટે તેમ જ

કંદમૂળ તથા જંગલી અનાજ માટે મોટી જમીન તેની પાસે જોઇએ. આથી જ અમેરિકાના રેડ ઇંડિયનો શિકાર કરવાની જગ્યા માટે અંદર અંદર હમેશાં લડતા. અને સ્કોટલેંડ જેવા દેશમાં આજદિન સુધી જ્યાં ખેડાઉ જમીન નહિ જેવી છે ત્યાં ટોળાંઓ બાંધીને ઢોર અને અનાજ માટે અરસપરસ લડતા હતા!

આદિમનુષ્ય-primitive man-ને ભટકતી સ્થિતિમાંથી ઘર બાંધીને તેમાં રહેતાં કોઇએ શીખવ્યું હોય તો તે ખેતીએ જ. હવે તો ખેતીએ પણ વિજ્ઞાનની સહાયથી પહેલાં કરતાં બમણું અન્ન ઉત્પન્ન કરવા માંડયું છે. જગતને જોઇએ તેટલું, તેથીયે વધુ અન્ન હવે ઉત્પન્ન થઇ રહ્યું છે. આથી જ છેલ્લી બે સદીઓમાં મનુષ્ય પ્રજાની સંખ્યા અતિશય વધવા પામી છે. પરંતુ અન્નઉત્પાદનને પણ અમુક મર્યાદા હોય છે જ અને એક વખત મર્યાદા સુધી પહોંચી ગયા તો પછી પ્રજાને વધુ અટકાવવી જ જોઇએ.

પરંતુ હવે વિજ્ઞાનવીરો કહેવા લાગ્યા છે કે એવો વખત ભવિષ્યમાં આવશે જ્યારે કૃત્રિમ રીતે અન્ન બનાવી શકાશે! ગયા યુદ્ધમાં અને આ યુદ્ધમાં પણ જર્મનોએ આવો કૃત્રિમ ખોરાક બનાવ્યો હતો-એમ આપણે સાંભળીએ છીએ. બધેર ખોરાકનાં તમામ તત્ત્વો થોડીક મોટી ટીકડીઓમાં આવી જશે એમ ઘણા માને છે.

મને લાગે છે કે આ એક જબરું 'નોનસેન્સ' છે. મનુષ્યશરીર અમુક કદમાં bulk-ખોરાક લેવા ટેવાયેલું છે, યોજાયેલું છે અને જ્યાં સુધી અમુક કદમાં ખોરાક આમાશયમાં નથી જતો ત્યા સુધી તે બરાબર પચાવી શકાતો જ નથી.

એક બીજી વિચિત્ર વાત એ પ્રચલિત છે કે રોગમાત્રનું કારણ જંતુઓ છે અને આ જંતુઓનો સંહાર થઇ જતાં રોગો થવાનો સંભવ જ નહિ રહે. પરંતુ પૃથક્જનેનો એ ખબર નથી કે જીવાણુઓ મનુષ્યસમાજને ઉપયોગી પણ છે અને નુકસાનકારક પણ છે. જીવાણુઓ

ન હોત તો દૂધનું દહીં કોણ કરત? જલેબીને આથો કોણ લાવત? દહીંવડાં કેમ બનત? પાવ કેમ બનત? પનીર જેવું દૂધનું ઉત્તમ ખાદ્ય કેમ બનાવી શકાત? એક જાતનું પનીર બીજી જાતના પનીરથી જુદું પડે છે એનું કારણ વિવિધ જાતનાં જીવાણુઓ છે. પનીરમાં જે સુવાસ-ફ્લેવર હોય છે તે આ જીવાણુને પ્રતાપેજ.

ખેતીમાં પણ જીવાણુઓ જે અગત્યનો ભાગ ભજવે છે તે હેરત પમાડનાર છે. જમીનનો કસ ઊતરી ગયો હોય ત્યારે આપણા ખેડૂતો તે ખેતરમાં પહેલા જ વરસાદે અંદર શણ વાવી દે છે. કમર જેટલા ઊંચા શણના છોડ થયા પછી તેને પાડી દેવામાં આવે છે. તે પછી કહોવાય છે અને એ ખેતરમાં પછી જે પાક લેવાય છે તે બીજાં ખેતરો કરતાં ઘણો વધારે ઊતરે છે. આનું કારણ જાણો છો? શણનો એક છોડ ધીમેથી મૂળ ન તૂટે એ રીતે ઉખેડીને જોશો તો નાનાંનાનાં મૂળ સાથે માટીની અસંખ્ય ગાંગડીઓ વળગેલી જણાશે. આ માટી જેવી જણાતી ગાંગડીઓમાં એક જાતનાં જીવાણુઓ વસેલાં હોય છે જે જમીનમાં નાઇટ્રોજન-હવામાંથી ખેંચીને ફિક્સ કરે છે. આ 'Nitrifying Bacteria-નત્રિલોત્પાદક જીવાણુઓની આપણા ખેડૂતોને ખબર નથી હોતી પરંતુ આ શણના ખાતરની કિંમત આ જીવાણુઓને જ આભારી છે એમ હવે પુરવાર થયું છે.

પ્રાણીશરીરમાં પણ જીવાણુઓ ન હોય તો જીવનનિભાવ ન થઈ શકે. વનસ્પતિ-ખાદ્ય-પદાર્થોમાં કાષ્ટક-cellulose-મોટા પ્રમાણમાં હોય છે. મનુષ્યશરીરમાં આ કાષ્ટકના જથાને હજમ કરનાર જીવાણુઓ જો ન હોય તો તે હજમ કરી જ ન શકે અને 'પ્રોટીન' નાઇટ્રોજન વિશિષ્ટ પદાર્થો-બનાવી પણ ન શકે. વનસ્પતિઓમાં જે ખાદ્ય સામગ્રી ભરેલી છે તે આ કાષ્ટકોમાં જ હોય છે. બકરાં ઘેટાં આદિ પશુઓ આવી વનસ્પતિઓને ખાય છે; તેમનાં આંતરડાંમાં આ વનસ્પતિને હજમ કરનાર જીવાણુઓ હોય છે જે કાષ્ટમાંથી તમામ

ઉપયોગી તત્ત્વો ખેંચી શકે છે અને જીવનોપયોગી 'પ્રોટીન' બનાવે છે. આમ ન હોત તો પશુઓમાં માંસ જ ન થાત. બીફ-ગાયનું માંસ અને મટન-બકરીનું માંસ-આ મારફત મનુષ્યોને જે ઉત્તમ પ્રોટીન પ્રાપ્ત થાય છે તે આ જીવાણુઓને જ આભારી છે. અર્થાત્ સકલ પ્રાણિજન્ય આહાર માટે જીવાણુઓ ઉપર જ આધાર રાખવો પડે છે.

હા, રોગોત્પાદક જીવાણુઓનો સરસ અભ્યાસ થઈ રહ્યો છે એટલે ઘણા જન્તુ-ઉત્પાદક રોગો ભવિષ્યમાં કદાચ ભૂતકાળના અવશેષ માત્ર જ બની રહેશે એમ કહેવામાં અતિશયોક્તિ નથી. વખતે જંતુઓને મારવાની કુટેવમાથી જ નવાં જંતુઓ વેર લેતાં શીખે તો નવાઈ નહિ એમ એક વિદ્વાને લખ્યું છે!

ઔષધો હાલમાં મોટે ભાગે રોગો મટાડવા પૂરતાં જ વપરાય છે પરંતુ ભવિષ્યમાં રોગો થાય જ નહિ એ માટે ઔષધોનો ઉપયોગ થશે. માંદગી એ ગુનો ગણાશે અને માંદો માણસ એ રાજ્યાધીન રહેશે. દરદીની સ્વતંત્રતા ઉપર કાપ મુકાશે. દરદી પોતાના કુટુંબનાં માણસોને પોતાનો રોગ ન આપે એટલા ખાતર તેને ઘરમાંથી, તેની ઇચ્છા ન હોય છતાંય, લઈ જવામાં આવશે. ઘરમાં માંદગી ભોગવનારને ગુનેગાર લેખવામાં આવશે. દરદીની ઇચ્છા તરફ ધ્યાન દેવામાં નહિ આવે અને જો તે રાજ્યના આવા કાનૂનોને વશવર્તી બની નહિ રહે તો તે સહાનુભૂતિને બદલે શિક્ષા પામશે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર મોટે ભાગે સ્ટેટનો વિષય બની રહેશે અને ચિકિત્સકો ઘણા 'સ્ટેટના આફિસરો' જ ગણાશે. હાલ જેમ લોકો માટે વિમાની યોજનાઓ ચાલે છે તેમ ડોક્ટરો માટે થશે. તેમના યોગક્ષેમ માટે સ્ટેટ તરફથી આવી કંઇ યોજના વિચારાશે, રશિયામાં ખાનગી ચિકિત્સકો જ નથી, સ્ટેટ જ બધાની સેવા લે છે અને તેના બદલામાં તેમના યોગક્ષેમનો ભાર વહન કરે છે. ઇંગ્લન્ડ, અમેરિકા જેવા શાહીવાદી દેશો

ગશિયાના આ વિશાળ પાયા ઉપરના અદ્‌ભુત પ્રયોગો તરફ ધ્યાન દઇ રહ્યા છે અને સભવ છે કે ભવિષ્યમા પ્રત્યેક રાજ્યમા ખાનગી ચિકિત્સકો ખાનગી ચિકિત્સા નહિ જ કરી શકે એ વખતે દરદીઓ પાસે પૈસા નહિ હોય તો પણ તેને ચિકિત્સા સિવાય નહિ જ રહેવુ પડે ગરીબમા ગરીબ કે શ્રીમતમા શ્રીમત (જો ભવિષ્યના સ્ટેટમા ગરીબ–તવગરના ભેદો રહેશે તો)ને એક જ સરખી ચિકિત્સા રાજ્ય આપશે દવાખાના માત્ર સ્ટેટના જ હશે

ભવિષ્યની શસ્ત્રક્રિયા સહારક નહિ પણ રક્ષણાત્મક જ હશે હ ય ઉપરની શસ્ત્રક્રિયાની જે વિગતો વૈદ્યકીય માસિકોમા વાચવામા આવી છે તે જોતા ભવિષ્યની શસ્ત્રક્રિયા રક્ષણાત્મક બની રહેશે જ.

આ બધુ તો બરાબર પરતુ મનુષ્યશરીર અને મનુષ્યમગજનુ શુ ? એ પ્રશ્નનો ઉત્તર ૩૦૦૦ વર્ષો થયા હતો તેવો ને તેવો ઊભો છે એનો ઉત્તર વિજ્ઞાન નથી આપી શકયુ. વ્યાસ અને વાલ્મીકિના મગજો હાલના માણસો જેવા જ હતા ઇ સ પૂર્વે ૩૫૦ વર્ષ પહેલા થનાર એરિસ્ટોટલ રોયલ સોસાયટીના કોઇ પણ ફેલો કરતા વધુ શકિતશાળી હતો તો પછી સુધારાના અને પ્રગતિના બણગા શા કામના છે ? વ્યાસ, વાલ્મીકિ કાલિદાસ કે શકર તરફ જોતા આજની પ્રજાના શા હાલ છે ? વિજ્ઞાને આટઆટલુ કર્યું છે છતા મનુષ્ય જાત મારે તે પશુ મટીને દેવ બને એવુ શુ કર્યું છે ? ખોરાકનો અભ્યાસ વધ્યો, સ્વચ્છતા વધી, આવક વધી, આરામ વધ્યો—તેથી શુ સધાયુ ? વિલાસ કે બીજુ કઇ ? મનુષ્યસમાજ હતો તેવો ને તેવો જ રહ્યો છે કે વધુ બગડયો છે ?

એટલે, પાછા આપણે પ્રો હેલ્ડનના કૃત્રિમ ગર્ભાધાન તરફ વળીશુ એ ફલિતબીજને પ્રયોગશાળામા માતાના લોહી જેવા જ પ્રવાહીમા રાખવામા આવે, મધમાખી માફક અમુક જાતનો ખાસ ખોરાક તે ગર્ભને આપવામા આવે, અતસ્રાવી ગ્રથિઓનુ સત્વ

યેાગ્ય પ્રમાણમાં આપવામાં આવે, તેા સંભવ છે કે ભાવિ બાળક-કાલના મનુષ્યેા કરતાં ઘણા મેાટા કદનું થાય તેા આશ્ચર્ય નહિ. જો આવું થઈ શકશે તેા આજનેા મનુષ્ય ભવિષ્યના વિજ્ઞાનીને મન ટેડપેાલ જેવેા જ જણાશે.

ભવિષ્યના ગર્ભમાં જોવાની દિવ્ય દૃષ્ટિ આપણને નથી એટલે વિરમીશું. નૂતન શાસ્ત્રોનું મૂલ્યાંકન ભારતીય દૃષ્ટિએ કરતાં ઝાઝેા પ્રકાશ લાધતેા નથી એટલું તેા ચેાક્કસ જ. વીલ ડયુરાન્ટ (Will Durant) ના શબ્દેા વાંચીને અવસાદ થયા સિવાય નથી રહેતેા :

"Our culture is superfluous today, and our knowledge dangerous, because we are rich in mechanisms and poor in purposes. The balance of mind which once came of a warm religious faith is gone, science has taken from us the supernatural basis of our morality, and all the world seems consumed in a disorderly individualism— that reflects the chaotic fragmentation of our character."

1. The Mansions of Philosophy by Will Durant.



૨૯ : સબ્સીડાઇઝ વૈદ્યો

કેાંગ્રેસ અથવા કેાંગ્રેસના પ્રધાનમંડળે જ્યારથી મુંબઇ ઇલાકાની લગામ હાથમાં લીધી છે ત્યારથી આયુર્વેદને અને વૈદ્યોને ખૂબ જ વેગ મળ્યેા છે. અત્માર સુધી આયુર્વેદ અને વૈદ્યનેા કેાઈ ભાવ પૂછતું ન હતું તે હવે રાજમાન્ય બન્યાં છે અને સ્થિતિએ ઘણેા સારેા પલટેા ખાધેા છે.

વૈદક બીલ ગમે તેટલા સાગરસા વિરેાધેા છતાંય પસાર થઇ ગયું છે. વૈદ્યોએ આ બીલને વગેાવવામાં પેાતાની કીમતી શક્તિ

એાનેા દુર્વ્યય કર્યો છે. કેટલાક વૈદ્યોને મન તેા આ બીલથી "વૈદ્યોને પારાવાર નુકસાન થયુ છે." "ચ ધીસખાને હિંદુ સંસ્કૃતિનુ જેટલું નુકસાન નથી કર્યું તેથી અનેક ગણું નુકસાન આ બીલે આયુર્વેદીય સંસ્કૃતિનુ કર્યું છે." ઇત્યાદિ વાગ્વિલાસેા દ્વારા મૂર્ખતાનું પ્રદર્શન પણ કર્યું છે. ખેર, જે થવાનું હતું તે હવે થઇ ગયું છે. વિવેક વગરનેા ઉહાપેાહ ધ્યાનાર્હ નથી હેાતેા એ આપણને સમજાય તેાય બસ છે.

આ બીલને હવે ગવર્નરની સંમતિ મળી ગઇ છે અને આ લેખ પ્રસિદ્ધ થતા પહેલા "ઇન્ડીયન બેાર્ડ એાફ મેડિસિન" પણ નિમાઈ ગયું હશે. આ બીલથી વૈદ્યોના દરજ્જો વધશે અને સમાજમાં તેમને પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત થશે એ સૌથી મેાટેા લાભ છે.

બીલ પાસ થતાં પહેલાં કેાંગ્રેસ પ્રધાનમંડળે ગામડાંને વૈદકીય રાહત આપવા માટે ડેાકટરેા, વૈદ્યો અને હકીમની નવી નિમણૂંકેા પણ કરી નાખી છે. ઘણાં ડિસ્ટ્રિકટ લેાકલ બેાર્ડોએ આયુર્વેદિક દવાખાનાં ખેાલ્યાં છે અને ત્યાં વૈદ્યોને રેાકયા છે. લેાકલ બેાર્ડનાં દવાખાનાં ઉપરાત મુંબઈ સરકારે જિલ્લે જિલ્લે સબ્સીડાઇઝ દવાખાનાં પણ ખેાલ્યાં છે. ડેાકટરેાને માસિક રૂ. ૫૦ પગાર તથા રૂ. ૨૫ ભથ્થાના અને વાર્ષિક રૂ. ૩૦૦ દવાના–આટલું કાયદા પ્રમાણે મળશે. વૈદ્યો અને હકીમેાને રૂ. ૩૦ પગાર, ૧૫ ભથ્થુ, ૧૫૦ રૂ. ની દવાએા આટલું મળશે. ડેાકટરેા અને વૈદ્યો વચ્ચે પગારનેા ભેદ તેા સમજી શકાય, પરન્તુ ભથ્થાનેા ભેદ સમજી શકાય એવેા નથી. આ અન્યાય બદલ વૈદ્યોએ સંગઠિત વિરેાધ ઉઠાવવેા જોઈએ.

પરંતુ આ લેખ લખવાનેા હેતુ જુદેા છે. આ સબ્સીડાઇઝ્ડ વૈદ્યો દરેક જિલ્લામાં નીમવામાં આવ્યા છે અને દૂર દૂરનાં ગામડાંમાં તેમને મૂકવામાં આવ્યા છે. અત્યાર સુધી ગામડાં સામુ કેાઇ જેાતું ન હતું તેની જગાએ હવે ગામડાં સરકારનું ખૂબ લક્ષ્ય ખેંચી રહ્યાં

છે એ હર્ષની વાત છે. ગામના લોકો વૈદ્યને રહેવાનું મકાન તથા દવાખાનાનું મકાન મફત આપે છે. વૈદ્ય જે ગામમાં રહે છે તે કેન્દ્રની આજુબાજુનાં ચારેક ગામો તેમને સોંપવામાં આવે છે. ભથ્થાના રૂપિયા ૫૦ર આ જ કારણથી આપવામાં આવે છે. દર ૮ કે ૧૫ દિવસે તે ગામડાંમાં તેમને વિઝિટ મારી આવવાની હોય છે. ગરીબ દરદીને મફત દવા આપવાની હોય છે જ્યારે જેની માસિક રૂ. ૩૦ છેટલી આવક હોય તેવા માણસો પાસેથી દવાનો એક આનો લેવાને વૈદ્યને હક્ક આપવામાં આવ્યો છે. (કાયદામાં બે આના લખેલા છે. પરંતુ ગામડાંની ગરીબી જોતાં ૨ આના ખૂબ જ કહેવાય.) ભરૂચ જિલ્લામાં ૧ આનો લો. બોર્ડે વૈદ્યને સૂચના અથવા ભલામણ કરી છે તે યોગ્ય છે. આ પૈસાની વૈદ્યની માલિકી જ ગણાશે. વિઝિટ ઉપર ગામમા કે પરગામમાં વૈદ્યને દરદી બોલાવી જશે તો વિઝિટના દર પણ સરકારે નક્કી કરી આપ્યા છે. દિવસે ગામમાં રૂ. ૧ અને રાત્રે રૂ. ૨. બહારગામ આથી ડબલ. વાર્ષિક રૂ. ૧૬૦ દવા માટે ઊચક સરકાર આપશે અને દવાઓ વૈદ્ય કાં તો બજારમાંથી ખરીદે કે પોતે હાથે બનાવે આવી છૂટ મૂકવામા આવી છે. સિવિલ સરજનની પરવાનગી લેવાની જરૂર છે. આમ એકંદરે જોતાં વૈદ્યને આર્થિક દૃષ્ટિએ ગામડામાં રહેવું પાલવે એમ છે. વૈદ્ય પોતાની કાર્યકુશળતા સિદ્ધ કરશે એટલે તેની પ્રતિષ્ઠા વધશે. પ્રતિષ્ઠા સાથે ધનપ્રાપ્તિને પણ સંબંધ તો છે જ. એટલે મને લાગે છે કે વૈદ્યને પોતાની આજીવિકાની નિશ્ચિંતતા સરકારે કરી આપી છે.

સરકારનો સ્તુત્ય ઉદ્દેશ આ યોજના પાછળ ગામડાંના લોકોને સસ્તી કિંમતે સારી વૈદ્યકીય મદદ મળી શકે, તેમ જ આરોગ્ય સુધરે, જ્ઞાનનો ફેલાવો થાય, રોગો થયા પછી દવાઓ કરાવવા કરતાં જે કારણોથી રોગો થાય છે તે કારણોનો જ ઉચ્છેદ થાય આ બધું સાધવા વૈદ્યોએ યત્નશીલ રહેવું જોઇએ. રોગનિવારણ કરતાં સ્વાસ્થ્યાનુવૃત્તિ તરફ જ વિશેષ લક્ષ્ય વૈદ્યે રાખવું જોઇએ એવો આ ઉદ્દેશ છે.

સ્વસ્થવૃત્ત એ આયુર્વેદ-સાહિત્યનું એક ઉત્તમ અંગ છે એનો પ્રચાર કરવા માટે વૈદ્યોએ હજી સુધી વિશાળ પાયા ઉપર કંઇ જ પ્રયત્ન આદર્યો નથી. સરકારે નીમેલા આવા વૈદ્યો જો ધારે તો સ્વાસ્થ્ય-સંરક્ષણ વિષયમા ઘણું કામ કરી શકે. એમના એ કાર્યથી એઓ પોતાને તેમ જ આયુર્વેદને દીપાવશે.

આજ સુધી તો સ્વાસ્થ્યસંરક્ષણનું કામ પાશ્ચાત્ય વૈદકે જ કર્યું છે. હવે વૈદ્યોની નિમણૂક ગામડાંમાં કરવામા આવી છે. સરકારની યોજનાને સફળ બનાવવા ડૉકટરો અને વૈદ્યહકીમોએ ખૂબ જ ઉત્સાહથી કામ કરવું પડશે. વૈદ્યોમા જો વીર્ય (ઉત્સાહ) હશે તો જ તે આ કામ કરી શકશે. પેટભરા વૈદ્યો આ યોજનામાં ન જોડાય એ જ ઇષ્ટ છે. ડૉકટરવૈદ્યોના કાર્યનો થોડા વર્ષોમાં સરવાળો થશે અને જો વૈદ્યોની ઉણપ જણાશે તો આયુર્વેદને એટલી હાનિ પહોંચશે.

આપણાં ગામડાં એટલે જડતાનાં થર. જ્યાં કશી સુખસગવડ નથી એવાં સ્થાનો. રાબિન્ડ ટેમલવાળા કટીંસે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે હિંદનાં ગામડાં ઉકરડા ઉપર બંધાયેલાં છે. ગામડામાં ગંદકી છે, રોગો છે, અજ્ઞાન છે, ગરીબી છે, પરસ્પરનો જીવલેણ કુસંપ છે પાર્ટીઓ છે. ટૂંકમાં પૂરેપૂરું તમસ છે. આવા જડ વાતાવરણમાં જો વૈદ્ય ખૂબ રજોગુણ સંપન્ન નહિ હોય તો પોતે જ જડ થઇ જવાનો. પોતામાં કાર્ય કરવાની અથાગ તાકાત હોય, પોતાનો ચેપ બીજાને લગાડી શકે એવી Dynamic Personality હોય, ઓજસ કે પ્રતિભા હોય તો જ એ જડ વાતાવરણમાં ચૈતન્ય પ્રગટાવી શકશે. અને તો ભય રહે છે કે ગામડાંના આજના જીવનમાં કોઇ જાતનો રસકસ રહ્યો નથી અને પ્રપંચ, કાવાદાવા, નીચતા એટલાં બધાં વધેલાં છે કે જાગ્રત ને સાવધાન ન રહેનાર વૈદ્ય પોતે કદાચ એ વાતાવરણમાં ભ્રષ્ટ થશે.

ગામડામાં રોગો ઓછા નથી. ગામડાંની સ્ત્રીઓ અનહદ કામથી અને અયોગ્ય પોષણથી કંતાઇ ગયેલી છે. ગામડાંમાં જાજરૂને અભાવે

વેગવિધારણ, સ્ત્રીઓમાં સામાન્ય થઈ પડયું છે. પરિણામે સ્ત્રીઓમાં ઘણા રેાગેા છે. ચેપી રેાગેાના ફેલાવેા પણ ઠીકઠીક છે. આ સ્થિતિ સુધારવા વૈદ્યોની નિમણૂકેા થઈ છે. વૈદ્યો પાસે કામના ઢગલા છે, જોવાજાણવાની દૃષ્ટિ જોઇશે.

દરેક વૈદ્યને તે જ્યાં રહેતેા હેાય ત્યાંની શાળાના વિદ્યાર્થીઓની શારીરિક તપાસ વર્ષમાં બે વખત કરવી પડશે. વિદ્યાર્થીઓને બરાબર તપાસી તેમના વાલીઓને યેાગ્ય માહિતી આપવામાં આવે તેા નજીવા રેાગેામાંથી જે ભયંકર પરિણામેા (આંખના ખીલમાંથી છારી, ફૂલ, અંધાપો ઇત્યાદિ, એડનેાઈડ્ઝમાંથી કાન પાકવા, આંખેા આવવી, મેાંનેા આકાર બદલાવેા, બુદ્ધિમંદતા ઇત્યાદિ) જન્મે છે તે અટકાવી શકાય. વૈદ્ય માટે આ ઉત્તમ પ્રકારની સેવા છે. ઊગતી પ્રજાને કેમ બેસવું, કેમ ચાલવું, કેમ વાંચવું, આરેાગ્ય સાચવવા શું કરવું વગેરે શીખવવાનેા વૈદ્યને પ્રસંગ સાંપડે છે. સ્વાસ્થ્યવૃત્તનેા ઉપદેશ કરવાના આવા અવસરેા હવે વૈદ્યોને સાંપડયા છે.

કેાઈ પણ દેશનું ખરું ધન તે દેશે વેપારમાં રેાકેલી મૂડી નથી પણ વસ્તીની ઉત્પાદક શક્તિ (Productive Capacity of the Population) છે. પ્રજાની ઉત્પાદક શક્તિ બીમારીથી ક્ષીણ થાય કે એટલે દરેક રાજ્ય ધ્યાનથી નિહાળે છે કે ઈશ્વરે જે અદ્ભુત યંત્ર મનુષ્યમાત્રને સેાંપ્યું છે તે એન્જીન એ સારી રીતે વાપરે છે કે નહિ ? શરીરરૂપી એન્જીનનેા વિવેકપૂર્વક ઉપયેાગ કરવાથી તે કદી બગડતું નથી. વિવેકહીન લેાકેા જ અદ્ભુત યંત્રને બગાડી નાખે છે. તેા આ યંત્રને જે બેદરકારીથી બગાડે છે તે રાષ્ટ્રસંપત્તિને ઓછી કરે છે. આથી રાજ્ય આવા બેદરકારેા માટે સ્વાસ્થ્ય નિરીક્ષકેા રાખે છે જે શરીરરૂપી મશિનરીને રિપેર કરવાનું શીખવે છે.

વૈદ્યોને શિર આ જોખમદારી આવી છે. વ્યક્તિગત અને સામુદાયિક આરેાગ્ય—બન્ને વિષે વૈદ્યોને હવે જાણવું પડશે. વૈદક

બિલથી વૈદ્યો પાસેથી ઘણા જ્ઞાનની આશા રાજ્ય અને પ્રજા રાખશે એમા જો વૈદ્યો પાછા પડશે તેા વૈદુ વગેાવાશે યુવાન વૈદ્યોએ શસ્ત્ર અને શાસ્ત્ર બન્નેમા કૌશલ્ય દાખવવુ પડશે. વ્યવહાર આયુર્વેદ (medical jurisprudence) નેા ચેાકસાઈવી અભ્યાસ કરવેા પડશે

સબ્સીડાઈઝ વૈદ્યો કામ કરતા થઈ ગયા છે તેમના માર્ગમા ડગલે ને પગલે વિઘ્નેા આવશે હુ જાણુ છુ કે તેમને ગામડામા રહેવુ ગમતુ નથી પરન્તુ રાષ્ટ્રમથન કાળ વખતે વૈદ્યો જો પેાતાની ફરજમાથી ચૂકશે તેા વૈદુ વગેાવાશે રાજ્ય અને પ્રજા બન્ને વૈદ્યો પાસેથી મેાટી આશાએા રાખી રહ્યા છે એમ હુ તેા માનુ છુ. વૈદ્યને આજીવિકાની ચિંતા નથી, કાર્યક્ષેત્ર શેાધવા જવાનુ નથી, તેને કેાઈની ઝાઝી ડખલ પણ નથી શાન્ત નિર્વિકાર ચિત્તે તે જો કાર્યરત રહેશે તેા તે કાર્યની કદર પણ થશે જ સામાજિક આર્થિક અને રાજકીય–મધા કામેા, સજોગાનુસાર તે કરે, પ્રજાને દેારે તેા વૈદ્યો જે 'પ્રાણાભિસર' ગણાય છે તે ખરેખર 'પ્રાણાભિસર' અને 'અગ્રેસર' બનશે

વૈદ્યે પેાતાનુ દવાખાનું સુદર અને આકર્ષક રાખવુ જોઈએ. આપણા દવાખાના તદ્દન અનાકર્ષક હેાય છે ગામડામા રહેનાર વૈદ્ય પેાતાના દવાખાનાને અતિ સ્વચ્છ અને આકર્ષક સ્થાન બનાવે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર અને કલા બન્ને અવિભાજ્ય અગેા છે કલાનેા આવિર્ભાવ જીવનમાથી થાય છે વૈદ્યના જીવનમાથી તે પ્રગટ થાય અને ત્યા સર્વત્ર પ્રકાશિત (Radiate) થાય ટૂકમા ગામડામા રહેનાર સબસીડાઈઝડ વૈદ્યનુ દવાખાનુ Cultural Centre

---

૧ કાશ્યપ સહિતામા આ રેાગને "અધિજિહ્વિકા" નામ આપવામા આવ્યુ છે

लालास्रावोऽरुचिर्ग्लानिः कपोले श्वयथुर्व्यथा।
मुखस्य विवृतत्व च जानीयादधिजिह्विकम्॥

સાસ્કૃતિક કેન્દ્ર બને પોતાના જીવનથી જે બોધપાઠ આપી શકશે તે વ્યાખ્યાનથી નથી અપાવાના ગામડાના સસર્ગમા તે આવશે તેમાથી ઘણુ શીખી શકશે

અતમા લોકલ બોર્ડના વૈદ્યો અને સબસીડાઈઝ વૈદ્યોને મારી નમ્ર વિનતી છે કે રાષ્ટ્રના આ કટોકટીના સમયે, પોતાની શી ફરજો છે, રાજ્ય એની પાસેથી શી આશા રાખે છે એ બરાબર સમજી લઈ તેને અનુરૂપ તે બની જાય



૩૦ : ઝીપટો

ઝીપટો એ ગામડાઓની અતિશય સામાન્ય વનસ્પતિ છે અને તે ચોમાસાની ઋતુમા પુષ્કળ ઊગી નીકળે છે પરમાત્માએ પોતાની અનત કૃપાથી જેમ પ્રાણવાયુ (ઑક્સિજન) કુદરતમા જથ્થાબધ રાખેલો છે તેમ ઝીપટા જેવી ચમત્કારિક ઔષધિઓ વિરે પણ છે મનુષ્યજાતિમા નાણુ એકત્ર કરવાનો મોહ ઉત્પન્ન થતા આવી ઔષધિઓ પ્રત્યે દુર્લક્ષ વધવા માડયુ અને છેવટે પરિગ્રહના પાપના બદલા તરીકે જોખમી ઈન્જેક્શનોના મોહમા સપડાઈ રિબાઇ મરવા તથા મરણાધીન થવાના યુગ સુધી આવી પહોચ્યાયુ છે

એક ખેડૂતને પ્રેમહની બળતરા લાબો વખત થયા પીડયા કરતી હતી અને એ દર્દથી તે કટાળી ગયો હતો એક વખત બળદના ભાઠા ઉપર ઝીપટાના મૂળની છાલ ચાવીને લગાવતા તેનો થોડો રસ હોજરીમા અનિચ્છાએ ગયો થોડા કલાક પછી પેશાબની હાજત થતા પેશાબે ગયો ત્યારે બળતરા ન થઈ ત્યાર પછી તેણે ઝીપટાના મૂળની છાલ ચાવવાના પ્રયોગો કર્યા અને પરિણામે આ એક જ સાદા ઉપચારથી તેનો પ્રમેહ નિર્મૂળ થયો

૩૧ : સ્વ. વૈદ્યરાજ અમૃતલાલ પટ્ટણી

વૈદ્યરાજ અમૃતલાલ પ્રાણશંકર પટ્ટણીના નામથી સંસ્કારી ગુજરાત તો સુપરિચિત છે. પાટણ આયુર્વેદિક કૉલેજના માજી પ્રિન્સિપાલ તરીકે જ નહિ, પરંતુ એક સુવ્યુત્પન્ન કુશળ ચિકિત્સક તરીકે પણ તેમનું નામ ગુજરાતભરમા ઘણાના હોઠે વસેલું છે. એમના અવસાનથી અનેક વિદ્યાર્થીઓએ શિષ્યવત્સલ ગુરુ ગુમાવ્યો છે, ગરીબ દરદીઓએ સદ્વૈદ્ય ગુમાવ્યો છે, ગુજરાતી વૈદ્યક સાહિત્યે એક અમૂલ્ય રત્ન ગુમાવ્યું છે, વિદ્યાવ્યાસંગહીન ગુજરાતના ચિકિત્સક જગતે એક વિદ્યોપજીવી વૈદ્ય ગુમાવ્યો છે.

અમૃતલાલભાઈનો જન્મ જામનગરમા પ્રશ્નોરા નાગર જ્ઞાતિમાં વિ. સં. ૧૯૩૬ના શ્રાવણ વદી ૭ને દિવસે થયો હતો. એમના પિતા પ્રાણશંકર પટ્ટણી, મહાત્મા ઝંડુ ભટ્ટજીની સ્થાપેલી પાઠશાળાના મુખ્ય આચાર્ય હતા. વાગ્ભટના 'અષ્ટાંગ હૃદય'નું ગુજરાતી ભાષાંતર એમણે કરેલું છે. એ પોતે વૈદું કરતા નહિ, પણ વૈદક સાહિત્યનો પરિચય એમને સારો હતો.

અમૃતલાલભાઈના પિતામહ પ્રેમશંર પટ્ટણી ગગાભટ્ટના નામથી સુવિખ્યાત હતા. તે ઈશ્વરભક્ત હતા, સારા કવિ હતા અને ભાગવત, રામાયણ, મહાભારતની કથા-સપ્તાહો ઘણી જ સરસ રીતે કરતા. સ્વ જામ વિભાજી અને મહંત શ્રી રામપ્રસાદભાઈના ગુરુ વગેરે એમની પાસે નિયમિત કથા સાંભળતા. કથાકાર, ઈશ્વરભક્ત અને સુકવિ તરીકે હજી ઘણા એમને યાદ કરે છે.

આવા ઈશ્વરપરાયણ કુટુંબમાં અમૃતલાલભાઈ ઉછરેલા. સંસ્કારી પિતા અને અનેક સદ્ગુણાલંકૃતા માતાના સંસ્કારી વાતાવરણ વચ્ચે તેઓનું બાલપણ વીત્યુ હતુ. જામનગરમા સાત વર્ષ સુધી મહામહોપાધ્યાય હાથીભાઈ શાસ્ત્રી અને નારાયણજી શાસ્ત્રીના હાથ નીચે વ્યાકરણ, કાવ્ય, સાહિત્ય, ન્યાય, દર્શનો વગેરેનો અભ્યાસ કરેલો.

ભરૂચ પાસે આવેલ ઝાડેશ્વર ગામમાં જ્યારે એક દેશી ઔષધાલય ખોલવામાં આવ્યું ત્યારે અમૃતલાલભાઈની નિમણૂક ત્યાં થઇ. મહાત્મા ઝંડુ ભટ્ટજી અને તેમના પુત્ર શ્રી શંકરપ્રસાદભાઈ પાસેથી તેમણે પ્રત્યક્ષ તેમ જ શાસ્ત્રીય બન્ને જાતનું વૈદ્યકજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું.

ઝાડેશ્વર ગામમાં તેઓ ૧૨ વર્ષ રહ્યા. આયુર્વેદ તરફના અગાધ પ્રેમને લીધે જે અનન્ય નિષ્ઠાથી એની નિઃસ્વાર્થ સેવા તેમણે કરી તે વર્ણવવાનું આ સ્થળ નથી. ગરીબ દરદીઓને દૂધ પીવા માટે તે ગજવામાંથી પૈસા આપતા. સ્ત્રીઓનાં ગુપ્ત દરદો દેખી તે ગળગળા થઇ જતા ને અપાર કરુણાથી સ્ત્રીઓનાં દરદોના ઉપાયો યોજતા. આમાંથી જ 'સ્ત્રીઓનો વૈદ્ય' ના બે ભાગો અને 'સ્ત્રી રોગ-ચિકિત્સા' નામનાં અમૂલ્ય પુસ્તકો ગુજરાતને મળ્યાં છે.

ઝાડેશ્વર બાર વર્ષ રહ્યા પછી તેઓ લીમડીના રાજવૈદ્ય તરીકે એક વર્ષ રહ્યા. ત્યાંથી મુંબઈ, શ્રી જુગતરામભાઈ વિલાયત ગયેલા તેમનું દવાખાનું સંભાળવા એક વર્ષ રહ્યા. આ અરસામાં પાટણમાં ઊ. પી. આયુર્વેદ મહાવિદ્યાલય ખૂલ્યું અને ડો સુમંત મહેતાની નજર આ વિદ્વાન ઉપર ઠરી. એ કૉલેજનાં શરૂઆતનાં વર્ષોમાં અમૃતલાલભાઈએ પાઠ્યક્રમ નક્કી કરવામાં ઘણી જહેમત ઉઠાવેલી. પાટણની એ સંસ્થાને આ મહાભાગની તપશ્ચર્યાએ જ આટલી પ્રતિષ્ઠા અર્પી છે.

પાટણમાં અતિ માનસિક શ્રમને લીધે તેમને મધુમેહ લાગુ પડ્યો, એટલે લીમડી ઠાકોર સાહેબના આગ્રહથી તેઓ લીમડી ગયા અને આખર લગી ત્યાં જ રહેતા હતા. એમના એકના એક પુત્ર ગુણાઢ્યભાઈના સ્વર્ગવાસથી એમને સખત આઘાત થયો અને તેને જ પરિણામે ૫૮ વર્ષની ઉંમરે તેઓ સંવત ૧૯૯૪ના કાર્તિક વદ અગિયારશને રોજ દેવલોક પામ્યા.

એમની આકૃતિ ગુણોનું કથન કરે એવી હતી. વિશાળ ભાલ-પ્રદેશ ઉપરથી ગૂઢસાત્ત્વિકી બુદ્ધિ જણાતી, નાકનો મરોડ અને ચપસ્ત

ગાલ ઉપરથી તેમના દૃઢ નિશ્ચયનો ખ્યાલ આવતો. એમનામાં અભિજાત સંસ્કારિતા હતી, છતાં અતડાપણું ન હતું; વિદ્યા હતી, પરંતુ ગર્વ ન હતો; ભક્તિ હતી, પરંતુ વેવલાપણું ન હતું; ધનવાન તેઓ ન હતા, છતાં એમનામાં ઔદાર્ય હતું; વૈદ્ય તરીકેની ખ્યાતિ અજબ હતી, છતાં તે કાયમના નિષ્કિંચન રહ્યા; આદર્શ ગુરુ હતા, છતાં તે કાયમના વિદ્યાર્થી હતા; પ્રારબ્ધવાદી હતા. છતાં પુરુષાર્થમાં માનતા; તત્ત્વજ્ઞાની હતા, છતાં ભક્તિશાળી હતા; એમનામાં બુદ્ધિ-વૈભવ હતો, છતાં શ્રદ્ધાની ઊણપ ન હતી; એ વક્તા ન હતા, છતાં એમની વાણી પ્રેરણાથી પ્રકાશતી હતી; પુરાણપ્રિય હતા, છતાં અર્વાચીન જ્ઞાનના જબરા ઉપાસક હતા.

આવા એક સંસ્કારમૂર્તિ વૈદ્ય અમૃતલાલભાઈના સ્વર્ગવાસથી ગુજરાત રંક બન્યું છે. શ્રી દુર્ગાશંકર શાસ્ત્રી 'આયુર્વેદ વિજ્ઞાન'માં એમની અવસાનનોંધમાં યોગ્ય જ કહ્યું છે કે 'મુ. અમૃતલાલભાઈના પરલોક-પ્રયાણથી ગુજરાત વૈદ્યજગતે એક વિરલ રત્ન ખોયું છે. એમના જેવા, આયુર્વેદની સંહિતાઓના મર્મજ્ઞ વિદ્વાન ગુજરાતમાં થોડા છે, અને ચરક કહે છે તેમ, રોગીના અંતરાત્મામાં પેસીને રોગ ઓળખવાનો તથા ચિકિત્સા કરવાનો પ્રયત્ન કરનાર વૈદ્યો ગુજરાતમાં તો શું પણ જગતમાં વિરલ છે.'



૩૨ : અદ્‌ભુત ગ્રંથિઓ

આ માણસનું વ્યક્તિત્વ અદ્‌ભુત છે—' grand personality ' એમ ઘણાને બોલતા આપણે સાંભળીએ છીએ. આ અદ્‌ભુત વ્યક્તિત્વ આપણે તો માનીએ છીએ કે ગત જન્મનાં આપણાં સારાંમાઠાં કર્મો અનુસાર આપણને પ્રાપ્ત થયું છે. મરણ વખતે જ્ઞાનેન્દ્રિયો, મન ઇત્યાદિ લિંગશરીર–કારણશરીર—સાથે જાય છે. આ લિંગશરીર પોતાને યોગ્ય દેહ માટે અન્નમય કોષમાં રહીને રાહ જુએ છે અને યોગ્ય દેહ--અનુરૂપ દેહ-મળતાં તે ગર્ભાશયમાં પેસે છે અને જેને આપણે 'ગર્ભ' કહીએ છીએ તે બંધાય છે. પૂર્વજન્મનાં સારાંમાંઠાં કર્મો અનુસાર સારાંનરસાં માબાપોને ઘેર અવતરે છે અને જીવન શરૂ કરે છે. " **शुचिनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते।** " એમ ગીતા કહે છે. યોગભ્રષ્ટ મનુષ્ય શ્રીમંત અને પવિત્ર એવા કુટુંબમાં જન્મ લે છે. અધૂરે મૂકેલો વિકાસ શરૂ થાય છે. આવા કોઇ યોગભ્રષ્ટો શુચિ અને શ્રીમાનોને ત્યાં જન્મી સાધારણો-પૃથગ્જનો કરતાં વિશેષ ગુણસંપત્તિ દાખવે એ સ્વાભાવિક છે. આવા માણસોનું બોલવું, ચાલવું, દેખાવ, ગતિ, બુદ્ધિ વગેરે પૃથગ્જનો કરતાં અલૌકિક જ હોય છે. આને આપણે grand personality-અદ્‌ભુત વ્યક્તિત્વ—કહીએ તો ચાલે.

પરંતુ આધુનિક વિજ્ઞાન લિંગશરીરના સિદ્ધાન્તને સ્વીકારતું નથી. પૂર્વજન્મને તે માનતું નથી. એ તો બે જાતના કોષોને સ્વીકારે છે. એક શારીરિક somatic અને બીજા જર્મ સેલ્સ germ cells. શારીરિક કોષોનો શારીરમાં હમેશાં નાશ થયા જ કરે છે, પરંતુ જર્મ સેલોનો નાશ થતો નથી. સ્ત્રીપુરુષના સંયોગ વખતે જે વીર્ય ગર્ભાશયમાં ઠલવાય છે તે વીર્યમાં આનુવંશિક સંસ્કારોને વહન કરવાની ગુપ્ત શક્તિ રહેલી છે. જર્મ સેલ્સ એ જ આ ગુપ્ત શક્તિ. કહેવાય છે કે " Cells may come and cells may go but germ cells go on for ever." જર્મ સેલ્સ અવિ-

નાશી છે એમ કહીએ તો ચાની શકે પેઢી દર પેઢીના સરકારો આ જર્મ સેલ્સ વહન કરે છે આનુવશિક સસ્કારો આવી રીતે પેઢી દર પેઢી સક્રાન્ત થાય છે અને બાહ્ય વાતાવરણ-environment-જો સારુ મળી જાય તો એ ગુપ્ત સસ્કારો સુદર વાતાવરણ વચ્ચે પોતાની સુરભિ રેનાવે પ્રમત્ત આનુવશિક સસ્કારોવાળો મનુષ્ય લોકોત્તર થઇ શકે Personality-વ્યક્તિત્વ વાળો થઈ શકે.

પરતુ હાલ આપણા શરીરમા કેટલીક ગ્રથિઓ—glands—શોધાઇ છે વિદ્વાનો માને છે કે વ્યક્તિત્વ-personality-નુ કારણ આ ગ્રથિઓ છે આ ગ્રથિઓ પર મોટા ગ્રથો લખાયા છે અને એમાથી વિવિધ જાતની 'રામબાણ' દવાઓ પણ બનાવવામા આવી છે આ ગ્રથિઓની શોધોથી ચિકિત્સક જગતમા ભારે પરિવર્તન થવા પામ્યુ છે ઘણાયે જૂના ખ્યાનો આના જ્ઞાનથી અદશ્ય થઈ ગયા છે કેટલાક તો આ ગ્રથિઓમા જ 'બ્રહ્મ' ભરાયેનો છે એમ કહેવાની ધૃષ્ટતા કરે છે!

આપણને આગગીએ ચપ્પુ વાગે છે તે ઘા પાક ઉપર ચડે છે. આ વખતે ઘણી વખતે આપણને બગલમા એની વેળ ઘાલે છે—ગાઠ ફુલેની લાગે છે સાથળના પેઢામા—વક્ષણ પ્રદેશમા—કેટલીક વખતે આવી ગાઠો ફૂલી આવેલી જણાય છે લવા ગ્રથિઓ જેમાથી લાલાસ્રાવ સ્રવે છે એ વિષે પણ આપણે જાણીએ છીએ હોજરીમા કેટલીક ગ્રથિઓમાથી જઠરરસ સ્રવે છે એની પણ આપણને ખબર છે પરતુ જે ગ્રથિઓની હુ વાત કરુ છુ તે ગ્રથિઓ સબધી આપણામાના ઘણાને મુદ્દલેય ખબર નથી બીજી ગ્રથિઓથી આનુ પાર્થક્ય બતાવવા આને "અતસ્રાવી ગ્રથિઓ" (Glands of Internal Secretion) એવુ નામ આપવામા આવ્યુ છે આ જ ગ્રથિઓને વ્યક્તિત્વ ગ્રથિઓ "Gland of Personality" —કહેવામા આવે છે આપણો દેખાવ-આકૃતિ—આપણી પ્રકૃતિ યા સ્વભાવ, આપણી ઊચાઈ, આપણુ પૌરુષ, આપણુ ધૈર્ય વા આ

બધા ગુણોનો વિપર્યાય—આ બધુ આ અંતસ્રાવી ગ્રંથિઓ ઉપર નિર્ભર છે બીજી ગ્રંથિઓને ducts–પ્રણાલિઓ હોય છે એ વાટે એ પોતાનો સ્રાવ રાનવે છે પરંતુ આ અંતસ્રાવી ગ્રંથિઓ નલિકાવિહીન–ductless–છે એટને આને ductless glands તરીકે પણ ઓળખવામા આવે છે મનુષ્યોની ભિન્ન ભિન્ન આકૃતિમા ભિન્ન ભિન્ન સ્વભાવ, ભિન્ન ભિન્ન ચારિત્ર્ય આ બધુ આ અંતસ્રાવી નલિકાવહીન ગ્રંથિઓને આભારી છે એમ વિદ્વાનો કહે છે

સંસારમા એકસરખા મનુષ્યો ક્વચિત્ જ જોવા મળે છે પરંતુ આપણને તેમા અસાધારણ જેવુ કંઈ ખાસ લાગતું નથી કોઈના અવાજ ઉપરથી, કોઈના ખોખારા ઉપરથી, તો કોઈની ચાલ ઉપરથી આપણે માણસો પારખી શકીએ છીએ માતા પોતાના જોડકા બચ્ચા—જે એક બીજાને ખૂબ જ મળતા હોય છે ભાગ્યે જ ઓળખી શકાય એવી સમાન આકૃતિવાળા હોય છે–ને પણ અમુક ખાસિયતોથી–લક્ષણોથી તુરત પારખી કાઢે છે કોઈ બે માણસ ભાગ્યે જ એકસરખી આકૃતિવાળા આપણા જોવામા આવે છે અને જ્યારે જોવામા આવે છે ત્યારે એવી ભૂનો થાય છે (તેમને પારખવામા) કે કાનૂની અદાલતોમા તેના કિસ્સાઓ અનેક વખત જોવા મળે છે.

એડોલ્ફ બેક નામનો એક નોર્વેનો વેપારી લંડનમા વસતો હતો આ વેપારી ઉપર સ્ત્રીઓને વિચિત્ર રીતે ફસાવવાનો કેસ ચાલ્યો હતો અને સાત વર્ષની સખત શિક્ષા તેને ફરમાવવામા આવેલી જ્યારે તે સાત વર્ષ પછી જેલ બહાર આવ્યો ત્યારે ફરીથી પાછો આવા જ ગુના બદલ તેને પકડવામા આવ્યો આ દરમિયાન જે ખરેખરો ગુનેગાર હતો તે જ્હોન સ્મિથ નામનો ગુનેગાર–જે જેલમાથી નાસી છૂટયો હતો–તે પકડાયો આ બન્નેની આકૃતિઓ એકબીજાને એટલી બધી મળતી આવતી હતી કે અજાણ્યો માણસ બન્નેને એક જ માને તેમની આકૃતિ સમાન હતી એટલુ જ નહિ તેમના હસ્તાક્ષરો પણ સમાન હતા ! બેક ખરી રીતે નિર્દોષ હતો સ્મિથ ખરો

ગુનેગાર હતો. પરંતુ સ્મિથ નાસી છૂટેલો એટલે બેકને જ સ્મિથ માનીને સાત વર્ષ સુધી જેલમા રાખવામા આવેલો ! જ્યારે સ્મિથ પકડાયો ત્યારે જ કોર્ટને આ ભૂલ સમજાઈ ફરીથી કેસ ચાલ્યો સ્મિથે પોતાના ગુનાઓનો એકરાર કર્યો અને સરકારે ખોટી રીતે એને સાત વર્ષ સુધી જેલમા રાખ્યા બદલ બેકને ૫૦૦૦ પાઉન્ડ નુકસાનીના આપ્યા !

પરંતુ સરખાપણુ એ આનુવંશિક નિયમોને આધીન છે અને એ વિષે કોઈક વખત મારે લખવુ છે પરંતુ તમામ મનુષ્યો જે એકબીજાથી ભિન્ન આકૃતિના છે તે આપણી અંતસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓને આભારી છે. આ ગ્રંથિઓની લીલા હમણા હમણા જ જાણવામા આવી છે.

અંતસ્ત્રાવી રસોમાથી જે પદાર્થ સ્રવે છે તેને 'હોર્મોન્સ' તરીકે ઓળખવામા આવે છે દરેક ગ્રંથિમા એક વા વધુ હોર્મોન્સ રહેલા હોય છે. આ પદાર્થો પ્રાણીઓની ગ્રંથિઓમા રહેલા છે. જીવનની સમસ્ત ક્રિયાઓ, મનના આવેગો અને આવેશો વગેરે બધુ આ ગ્રંથિઓ સાથે સબંધ ધરાવે છે આ હોર્મોન્સનું રાસાયણિક પરીક્ષણ કરવામા આવ્યુ અને હવે તો તેને મળતા જ પદાર્થો રસાયણશાસ્ત્રની મદદથી કૃત્રિમ (artificial) બનાવવામા આવે છે પ્રથમ તો બકરા અને અન્ય પશુઓના શરીરમાથી આ ગ્રંથિઓ કાઢીને તેના સત્ત્વ વપરાતા હતા હવે પશુઓની જરૂર નથી પડતી. બનાવટી 'હોર્મોન્સ' બનાવવામા આવ્યા છે અને તે છૂટથી વપરાવા લાગ્યા છે

ગળામા જેને આપણે 'હૈડિયો' કહીએ છીએ ત્યા 'થાઈરોઇડ નામની ગ્રંથિ છે. આ એક નાની મૃદુ ગ્રંથિ ગળામા રહેલી છે કેટલીક વખત બાળકો આ ગ્રંથિ સિવાય જન્મે છે પ્રથમ છ મહિના તો કશું જ જણાતું નથી પણ છ મહિના પછી બાળક સ્વાભાવિક રીતે વધતું જણાતું નથી. અને માનસિક સ્ફૂર્તિ પણ તેનામા જણાતી

નથી એટલે આપણું ધ્યાન ખેંચાય છે. જો કંઈ કરવામાં ન આવે તો પણ તે બહુ બહુ તો ચારેક ફીટ જેટલું તો વધશે જ પરંતુ તે તદ્દન idiot, imbecile જડ-મૂર્ખ-ગાંડું જ જણાય છે. માનસિક વિકાસ જરા પણ થયેલો હોતો નથી. આની મુખાકૃતિ તદ્દન વિચિત્ર જણાય છે, આંખોમાં નૂર નથી હોતું, માથું મોટું-શરીરના પ્રમાણમાં-વધેલું લાગે છે. ચહેરો ચપટો જણાય છે. આ ઠિંગુજીપણું-cretinism-આ થાઈરોઈડ ગ્રંથિના સ્રાવના અભાવને લઈને હોય છે. પ્રથમ આ ગ્રંથિઓના સ્રાવની ખબર ન હતી એટલે તેની ચિકિત્સા પણ ન હતી. પરંતુ હવે આ ગ્રંથિઓના માર્મિક અભ્યાસ પછી આવા ઠિંગુજીને થાઇરોઈડ ગ્રંથિનો સાર-extract-જે દવા વેચનારાઓને ત્યાં ટેબ્લેટ રૂપમાં મળે છે-આપવામાં આવે છે અને આપણા અચંબા વચ્ચે આવાં બાળકો વધવા લાગે છે. કેટલીક વખત તો દરેક મહિને ઈંચ વધે છે. બેડોળ ચહેરો સુડોળ બને છે, નિસ્તેજ આંખો તેજસ્વી બને છે, તે વધવા લાગે છે, બુદ્ધિનો ચમકારો જણાય છે અને બાળક સામાન્ય-normal બને છે.

કેટલીક વખતે આ ગ્રંથિ ન હોવાને બદલે ઘણી જ વધેલી જણાય છે. મોટી ઉંમરની યુવાન સ્ત્રીઓમાં કેટલીક વખત આવું જોવામાં આવે છે. થાઇરોઈડ જોઈએ તેના કરતાં વધુ મોટી હોય, વધુ સ્રાવ અંદરથી સ્રવતો હોય તો સ્ત્રી પાતળી, ઊંચી અને મોટી ભરાવદાર-prominent-જણાય છે. ઘણી વખત તે અત્યંત મેધાવી, સંગીતપ્રવીણ અને સાહિત્યરસિક જણાય છે, પરંતુ ખૂબ જ લાગણી-પ્રધાન, આવેશમય-emotional-અને અસ્થિર મનની જણાય છે. રોઝેટ નામના ગૃહસ્થની પત્નીને આવી ગ્રંથિ હતી અને આને લીધે સુંદર જણાતી ગરદન સૌન્દર્યના ચિહ્ન તરીકે ('Rossetti neck') લાંબા વખત સુધી પ્રચલિત હતી. પરંતુ હવે પુરવાર થયું છે કે એ ગરદન સૌન્દર્યશાળી નહિ પણ ખોડખાંપણવાળી-

deformity–છે આ સ્થિતિને Grave's Disease–ગ્રેવ્ઝ ડિસીઝ–ડબ્લીનના પ્રખ્યાત ચિકિત્સક ગ્રેવના નામ ઉપરથી–તરીકે ઓળખવામા આવે છે વધેલી થાઇરોઇડ શાસ્ત્રક્રિયાથી કાપી કાઢવામા આવે છે. આખી ગ્રથિ નહિ હા, જેટલો ભાગ વધેલો હોય તેટલો જ ફક્ત કાપવાનો, અને જરૂર હોય તેટલો ભાગ તો રાખવાનો જ પરતુ આ શાસ્ત્રક્રિયા ઘણી ભયાનક ગણાય છે એટલે આને માટે બીજા કઈ ઉપાયો અજમાવવા તરફ ધ્યાન ગયુ છે અને ખરેખર આ ઘણુ અગત્યનુ છે કારણ કે આવા ઘણા કેસો હવે વધવા લાગ્યા જણાય છે

આ બે સ્થિતિ ઉપરાત એક ત્રીજી સ્થિતિ પણ આ ગ્રથિની છે મોટી ઉમરે આ ગ્રથિ કેટલીક વખતે, સુકાવા લાગે છે અને ધીરેધીરે તદ્દન અદૃશ્ય થઈ જાય છે પરિણામે દરદી મૂઢ જેવો, અક્કલહીન, થોથરાયેલી આખોવાળો, મો અને ગરદન પણ ફેરાયેલા જણાય છે માથાના વાળ ખરવા લાગે છે અને અકાળ વૃદ્ધત્વ લાગે છે વિનોદ નર્મ વગેરે કઈ સમજી કે માણી શકતો નથી આ વ્યાધિનુ નામ 'મિક્સિડિમા'–myxeadema–છે

અલબત્ત, આ વ્યાધિ સૈકાઓથી ચાલ્યો આવતો હશે પરતુ તેનુ જ્ઞાન કોઈને ન હતુ લાખો મનુષ્યો આ વ્યાધિને લઈને મરણશરણ પણ થયા હશે પરતુ ઓગણીસમી સદીના અત સુધીમા આ વ્યાધિ કોઈએ પારખ્યો ન હતો સૌ પ્રથમ મિક્સિડિમાનો કેસ વર્ણવનાર–પારખનાર લડનની ગાય હૉસ્પિટલનો ડૉક્ટર સર વિલિયમ ગુલ હતો

આ ગો ગુલ અલૌકિક મનુષ્ય હતો અત્યત ગરીબ માબાપને ઘેર જન્મેલો ગુલ જ્યારે દશ વર્ષની ઉમ્મરનો હતો ત્યારે તેના પિતા મરી ગયા ગુલની આકૃતિ નેપોલિયન બોનાપાર્ટ જેવી આકર્ષક હતી નેપોલિયન જેવી જ વિજયની આકાક્ષા તેના દિલમા હતી અથાક પરિશ્રમથી તે છેવટે બેરોનેટ થયો, રાણી વિક્ટોરિયાનો

રાજવૈદ્ય બન્યો, પાછળથી પ્રિન્સ ઑફ વેલ્સ અને સાતમા એડવર્ડનો પણ રાજવૈદ્ય થયો. એની નિદાનશક્તિ આશ્ચર્યજનક હતી એ મર્યો ત્યારે ૩,૪૪,૦૦૦ પાઉન્ડની મિલકત પાછળ મૂકી ગયો એવી તેની આવક હતી. આટલી મોટી આવક ચિકિત્સકના ધંધામા, ખરેખર તાજુબી પમાડનાર જ ગણાય. કહેવાય છે કે લૉર્ડ મોયનીહન નામના સર્જનની પેદાશ આ ચિકિત્સક કરતા વધારે હતી. પરંતુ સર્જનની વાત જુદી છે. આપણે એનું પ્રયોજન નથી. આવા મશહૂર ડૉ ગુલનું નામ આ મિક્સિડિમા નામના વ્યાધિ સાથે જોડાયેલું છે

કહેવાય છે કે ૫૦ વર્ષની ઉમરે આઠમા હેન્રી રાજાને આ દરદ થયું હતું. આથી જ એનું પરિક્ષિત જીવન આ પછીના વર્ષોમા શાંતિથી પસાર થયું હતું. આ દરદને લઈને એની કામવાસના શાંત થઈ ગઇ હતી. એનુ મગજ બહેર મારી ગયુ હતું. અને તેની છેલ્લી રાણી, પુરોગામી રાણીઓને હિસાબે, વધુ ભાગ્યશાળી જીવન ગાળી શકેલી. જો તે વખતે ત્યાના ડૉકટરોને આ રોગની જાણ હોત, હમેશાં બકરા કે ઘેટાના ગળામાથી આ ગ્રંથિ કાઢી તેનું સત્ત્વ કાઢી થોડાક ગ્રેનની માત્રામા રાજાને આપવામા આવ્યું હોત, તો આઠમો હેન્રી રાજા પૂર્વવત્ તેજસ્વી, મેધાવી, રાજકુશલપટુ થાત અને ઇંગ્લંડનો ઇતિહાસ જુદો જ લખાયો હોત!

૧૮૯૦મા ન્યુકેસલ-ઑન-ટાઈનના ડૉ જ્યૉર્જ મૂરેએ પહેલ-વહેલી આ દવા થાઈરોઇડ ગ્રંથિસત્ત્વ વાપરીને જગતને બતાવ્યુ કે મિક્સિડિમા સાધ્ય વ્યાધિ છે. ખરેખર આ રોગમા આ દવા ચમત્કાર જ બતાવે છે બુડથલ જેવાતો ચહેરો તેજસ્વી બને છે, નિસ્તેજ આખો તેજસ્વી બને છે. જો દરદી સ્ત્રી હોય તો તેનામા એટલી તાઝગી જણાય છે કે તેની ઉમ્મર કરતા તે ૨૦-૨૫ વર્ષ ઉમ્મરમા નાની જણાય. રતી જેટલી દવાથી દર્દીમા અજબ ફેરફાર થાય છે-આ ગ્રંથિનો અભાવ, ઘણી વધારે પડતો ગ્રંથિસ્રાવ, ગ્રંથિરૂપ—આ ત્રણ સ્થિતિમા ઓછીવત્તી માત્રાથી આ દવા મૂર્ખ જેવા દીમના

મનુષ્યને મહાન બનાવી શકે છે. આથી જ વ્યક્તિત્વ–personality–સાથે ગ્રંથિનું નામ જોડાયેલું છે.

બીજી આવી ગ્રંથિ એડ્રેનેલિન છે. આપણા શરીરમા બે મૂત્રપિંડો છે. બન્ને મૂત્રપિંડોના અગ્ર ભાગે આ ગ્રંથિઓ આવેલી છે. અગૂઠાના નખ જેવું તેનું કદ છે. અત્યાર સુધી આ ગ્રંથિઓ વિષે કંઈ પણ જાણવામાં આવ્યું ન હતું. ઠેઠ હમણાંહમણાં જ આ ગ્રંથિઓનું કાર્ય પ્રકાશમાં આવ્યું છે. જીવન માટે—જીવનશક્તિ માટે—આ ગ્રંથિઓ નિતાન્ત આવશ્યક છે.

આપણા શરીરમાંથી હોજરી કાઢી લો, આંતરડામાથી મોટો ભાગ કાઢી લે, મૂત્રપિંડમાંથી ½ ભાગ કાઢી લે, બરોળ આખી કાઢી લે–તોયે મનુષ્ય નથી મરતો. પરંતુ આ બે નાની ગ્રંથિઓ શરીરમાંથી કાઢી લેવામા આવે તો આપણે ન જીવીએ. જીવનનિભાવ માટે આટલી બધી તે અનિવાર્ય છે.

આ ગ્રંથિમા બે જાતના અંત સ્રાવી રસો છે: (૧) **એડ્રેનેલિન;** અને (૨) **ચુકોર્ટોન.** એડ્રેનેલિન અમૃત સદસ જીવનપ્રદ કાર્ય બજાવે છે; હૃદયની માસપેશિઓનો સંકોચ એને આધીન છે. આફત વખતે એ વધુ સ્રવે છે, રકતમાં મળે છે અને આફતથી શરીરને બચાવે છે. ઓચિંતા સંકટ વખતે સામા થવાની, કાં ભાગી છૂટવાની શક્તિ આપણને એડ્રેનેલિન આપે છે. આપણી ઉપર દોડી આવતી મોટરથી બચવાની શક્તિ-કૂદીને બાજુ હટવાની શક્તિ એડ્રેનેલિન બક્ષે છે. આત્મઘાત કરવા માટે આ જ એડ્રેનેલિન આપણને પ્રેરે છે. કુસ્તીમાં કે વ્યાયામના દારુણ ડંગલમાં ઝુકાવેલું હોય છે ત્યારે આ જ એડ્રેનેલિન છેલ્લાં ટીપા સુધી પોતાનો સ્રાવ ઠાલવીને શક્તિ ટકાવી રાખે છે. ૧૯૦૧માં યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં એક ટેકમાઇન નામના જાપાની ડૉ ટરે આ શોધ્યું છે અને આ ડોકટરના નામ સાથે તેનું નામ [illegible]ાં આવ્યું

બીજી જાતનો અંતઃસ્રાવી રસ ચુક્રોટીન—પુરુષશકિત સંરક્ષે છે. આના અભાવથી અથવા અપૂર્ણતાથી સ્ત્રૈણભાવ, સ્ત્રીત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. સ્ત્રી હોય તો આના વધુ પડતા સ્રાવથી તે પુરુષ જેવી બરછટ બને છે. આવી સ્ત્રીઓ મોટે ભાગે વ્યાયામના અદ્ભુત પ્રયોગો, કુસ્તી, ટેનિસ, હોકી વગેરેમાં નામ કાઢે છે. મોટે ભાગે તેમને મૂછો જેવા આછા વાળ ઊગે છે અને પરણ્યા પછી આવી સ્ત્રીઓને સંતાન થતાં નથી.

સમુદ્ર જેવા દુર્ધર્ષ અને કાલાગ્નિ સમ દુઃસહ—એવા લોક-વીરને આપણે પુરુષર્ષભ-પુરુષોમા ઋષભ-બિરુદથી નવાજીએ છીએ. ઋષભ એટલે આખલો એ પુરુષાતન-પૌરષ-બલનો પ્રતીક મનાય છે. આખલાની એ શકિત-પૌરુષ એના શરીરમાં એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓને આભારી છે. હરણ જેવાં ભયભીત મૃદુ પશુઓમાં એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓ ઘણી નાની હોય છે. આ ગ્રંથિની અપૂર્ણતા-deficiency-સાથે ચામડીના રંગને સંબંધ છે. અતિ પ્રાચીન મનુષ્યોનો રંગ કાળો હતો એમ મનાય છે અને હવે આપણામાંના ઘણાનો રંગ બદલાયો છે એ બતાવે છે કે આપણામાં એ પ્રાચીનો-primitive-કરતાં એડ્રેનેનિન ગ્રંથિઓનો વિકાસ વધુ થયો છે. ગોરી પ્રજાઓની સાર્વ-ભૌમતા આ એડ્રેનેલિનની પ્રચૂરતાને આભારી હશે ?

એક 'એડિસન્સ ડિસીઝ' નામનો રોગ થાય છે. ગોરા મનુષ્યોની શ્વેત ચામડી આ રોગમાં તદ્દન કાળી પડી જાય છે. રોગી અતિ દુર્બળ બની જાય છે, એપેન્ડીસાઇટીસના જેવો સખત દુખાવો પેટમાં વારંવાર ઊપડી આવે છે અને મોટે ભાગે વર્ષેકમાં મરણ-શરણ થાય છે. મતલબ કે આ રોગથી આજ સુધી આ વ્યાધિના રોગીઓ મરતા હતા પરંતુ હવે આ એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓ ઉપરના બાહ્ય સ્તર (outer coat)નું સત્ત્વ આપી રાખવાથી-ઈન્જેકશનથી-આ રોગના દરદીઓનું જીવન નિભાવી રખાય છે, જેમ 'ઇન્સ્યુલીન'ની મદદથી મધુપ્રમેહી દરદીઓનું જીવન નભે છે તેમ.

આ ઇન્જેક્શન્સ શોધવાનું માન બે અમેરિકન ડોક્ટરોને ફાળે ગયુ છે. ‘એડિસન્સ ડિસીઝ’ નામ રાખવામા આવ્યુ છે એ ડૉ એડિસન આ શોધ વખતે જીવતો હોત તો તેને કેટલો આનંદ થાત ! ૧૯૩૪મા ઉપરોક્ત ઇન્જેક્શન્સ શોધાયા. આ ડૉ. એડિસને ૧૮૬૦મા ગાય હૉસ્પિટલમાથી સર વિલિયમ ગુલ પોતાને કાઢી મૂકશે એ ડરથી આત્મહત્યા કરી હતી. આ વાત સાચી હતી જ નહિ, પરંતુ ડૉ. એડિસન અતિશય લાગણીપ્રધાન માણસ હતા. જ્યારે આ વ્યાધિનું બ્યાન એડિસને તે વખતની લંડનની વૈદ્યસભા–Medico-chiru-surgical society–સમક્ષ કર્યું ત્યારે દુર્ભાગ્યે તે સભામાં સભ્યોએ તેની ટેકડી કરી. એડિસનનું ભાષણ એ સભાના મુખપત્ર–transactions –મા છાપવાની ચોખ્ખી ના પાડી. અતિશય લાંગણીપ્રધાન હોઈ, આ અપમાનિત અને ભગ્નાશ ડૉક્ટરે આત્મહત્યા કરી. વખતની પણ બલિહારી છે. તે સમયના ના પાડનાર કોઈનું નામ સમયપટ ઉપર અંકિત થયુ નથી જ્યારે બિચારા ભગ્નાશ એડિસનનું નામ તો હજીયે વિશ્વપટ ઉપરની તમામ વિદ્યાપીઠોમાં ઉચ્ચારવામા આવે છે જ !

થાઇરોઇડ અને એડ્રેનેલિન કરતાંય વિશેષ ઉપયોગી એવી એક ત્રીજી અ ત:સ્રાવી ગ્ર થિ ‘પિચ્યુટરી’ની લીલા તો ખરેખર અદ્દભુત છે. આથી તો એનુ નામ “master gland” સર્વશ્રેષ્ઠ ગ્ર થિ પડયુ છે. આ ગ્ર થિ કદમાં વટાણા જેવડી છે, ખોપરીમાં મગજના તળિયામા તે આવેલી છે. આટલી નાની અને મગજના એક અંધારા ખૂણામાં પડેલી આ ગ્ર થિ શરીરની બીજી બધી ગ્રંથિઓની સમ્રાજ્ઞી છે. થાઇરોઇડ, એડ્રેનેલિન, આદિ તમામ ગ્ર થિઓનું નિયમન આ જ ગ્ર થિ કરે છે. એની અગત્યતા જોતા એની સ્તુતિ કરતાં શેષનાગ થાકે એમ છે. જાણે ચૈતન્યનું સ્થાન–આત્માનું સ્થાન–આ નાનીશી વટાણા જેવડી ગ્રંથિ જ ન હોય એવું એનુ વિશિષ્ટ સ્થાન છે.

આ નાનીશી ગ્રંથિના બે ખંડો છે: એક આગલો અને બીજો પાછલો. આગલો ખંડ–anterior lobe–શરીરની વૃદ્ધિ વા વિકાસનું નિયમન કરે છે. આ આગલો ખંડ વધેલો–enlarged–હોય તો મનુષ્ય રાક્ષસ–giant–બને છે. આયર્લેન્ડના ઓ'બ્રાયનનું નામ ઘણા જાણતા હશે. એની આ ગ્રંથિ (આગલો ભાગ) વિશેષ વધેલી હતી એટલે તેની ઊંચાઈ ૮ ફીટ ૪ ઇંચની હતી. ઓબ્રાયનની ઊંચાઈ ૮ ફીટ અને ૪ ઇંચની હતી એટલે દરેક પ્રદર્શનમાં તેને મોટી ફી આપીને નિમંત્રવામા આવતો અને આવી જ રીતે તે પોતાનું ગુજરાન ચલાવતો. આવી રીતે ૭૦૦ પાઉન્ડ બચાવ્યા હતા એક દિવસ તે સખત દારૂના ઘેનમા ચકચુર પડ્યો હતો તે વેળા કોઇ આ પૈસા ચોરી ગયું. આ નિરાશા વિસ્મરવા તેણે ખૂબ દારૂ પીવા માડચો અને એમા જ તે મરણ પામ્યો! આ રાક્ષસ જેવા અતિ ઊંચા મનુષ્યો બહુ મૃદુ–delicate–હોય છે તેઓ યુવાન વયે જ મરે છે. ઓબ્રાયનના મૃત્યુ બાદ એનું અસ્થિપિંજર હંટેરિયન મ્યુઝિયમમાં પ્રદર્શન માટે રાખવામા આવ્યું છે. અસ્થિપિંજર વખતે ઓબ્રાયનની પિચ્યુટરી ગ્રંથિ મરઘીના ઇંડા જેવડી મોટી જણાયેલી.

વટાણા જેવડી નાની ગ્રંથિ! તેના બે વિભાગો! આગલો ભાગ જો વધુ વધેલો હોય તો ઊંચા તાડ જેવો માણસ થાય! અને જો આગલો ભાગ જોઈએ તે કરતા ઓછો–deficient–હોય તો વામન સ્વરૂપ–Dwarf–થાય! ચાર ફીટની ઊંચાઇ કરતા જેની ઊંચાઇ નીચી હોય છે તેને 'વામનો' તરીકે ઓળખવામા આવે છે. વામનજીઓ રાક્ષસ–giant–કરતા વધુ સુખી હોય છે કારણ કે તે એકી બાધણીના, હૃષ્ટપુષ્ટ શરીરના, દીર્ઘાયુષ ભોગવનારા હોય છે. વળી આ વામનજીઓ ઘણા બુદ્ધિશાળી અને આનંદી હોય છે અને આથી જ આજ દિન સુધી રાજાઓના દરબારમા આવા વામનજીઓને મસ્કરાઓ તરીકે રોકવામા આવતા હતા. ખીરબલની ઊંચાઇની આપણને ખબર નથી, નહિ તો કેટલોક પ્રકાશ પડે ખરો!

આપણી ઊંચાઇ આ ટચૂકડી ગ્રંથિ નિયમિત કરે છે! સ્ત્રીઓનું સ્ત્રીત્વ-તેમની જનનશકિત-માતૃત્વ આ જ ગ્રંથિનેા આગલેા ભાગ સંરક્ષે છે-નિયમન કરે છે. આ આગલા ભાગનું આરેાગ્ય બરાબર સચવાતું ન હેાય તેા કા અકાલે ગર્ભપાતેા થાય છે અથવા વંધ્યત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રસવ વખતે વેણેા-labour pains-આવે છે તે આ પિચ્યુટરીના સ્રાવને લઇને જ. આથી જ હવે પ્રસવકાલ ભરાઈ ગયેા હેાય, વેણેા એક વખત ઊપડીને બંધ પડી ગઈ હેાય-ત્યારે ડૉક્ટરેા પિચ્યુટરીના આગલા ભાગનું સત્ત્વ ઈંજેકટ કરે છે. તુરત જ વેણેા શરૂ થાય છે અને બાળક પ્રસવ થાય

ડિકન્સના 'પિકવિક પેપર્સ'માં ફેટબૅાય-"Fat Boy"નું સંસ્મરણ બધાને હશે જ. પિચ્યુટરી ગ્રંથિની શેાધ તે વખતે થઈ ન હતી, છતાંય ડિકન્સે એક વૈજ્ઞાનીની ચેાકસાઈથી એ જાડા છેાકરાનું વામનત્વ સરસ રીતે વર્ણવેલું છે.

કહેવાય છે કે નેપેાલિયનમાં આ ગ્રંથિનેા સરસ વિકાસ થયેલેા હતેા. જ્યાં સુધી આ ગ્રંથિનું કાર્ય નિયમિત ચાલ્યા કર્યું ત્યાં સુધી તેણે આખા યુરેાપને ધ્રુજાવ્યું હતું. પરંતુ ૪૦ વર્ષની ઉમર પછી એની એ ગ્રંથિનેા ક્ષય થવા લાગ્યેા હતેા અને પરિણામે તે એક પછી એક એવી ભૂલેા કરવા લાગ્યેા કે છેવટે સેંટ હેલિનામાં કેદી તરીકે પુરાયેા. ડૅા. ગીકી કૅાબ (Geikie Cobb)ના પુસ્તક The Glands of Destiny-"ભાગ્યવિધાતા ગ્રંથિઓ"માં આ વાત તેણે કહેલી

લૈંગિક ગ્રંથિઓ-sex glands-પણ શરીરમાં અદ્દભુત કાર્યો કરે છે. લગ્નજીવનનેા આનંદ આ ગ્રંથિઓના આરેાગ્ય ઉપર જ અવલંબે છે. વાજીકરણશકિત, જનનશકિત, શૌર્ય, સાહસ—ઇત્યાદિ આ પુનરુત્પાદક લૈંગિક ગ્રંથિઓ પર અવલંબેલું છે. પુરુષેાની

l-impotency-માટે આ ગ્રંથિઓ જવાબદાર છે. બકરાના અંડ—બસ્તાણ્ડનો રસ પ્રયોગ વાજીકરણ માટે ચરકે અનેક જગાએ યોજેલો છે. ગ્રંથિની અપૂર્ણતાથી કમતાકાત-નામર્દાઇ આવે છે તે જ ગ્રંથિનુ ત્ત શરીરમાં પ્રવેશ કરવાથી તાકાત અને પૌરુષ આવે છે. સ્ત્રીમાં જે આ ગ્રંથિઓ નિરોગી નથી હોતી તો અનેક જાતની યોનિવ્યાપદોની l ભોગ બને છે. સ્ત્રીનું માર્દવ, પ્રેમ માટે મરી ફીટવાની તમન્ના -આ બધું આ ગ્રંથિઓને જ આભારી હોય છે. સ્ત્રીઓને પણ ડ્રો ફૂટે છે તે આ લૈંગિક ગ્રંથિઓની અપૂર્ણતાને લઈને. રજોદર્શન, ગર્ભાવસ્થા, પ્રસવ, સ્તન્યપ્રાન—બધા ઉપર, અરે સમસ્ત સ્ત્રીજીવન પર આ લૈંગિક ગ્રંથિઓની અસર છે.

ખૂબી તો એ છે કે આ બધી અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિઓ વચ્ચે અદ્‌ભુત સહકાર જોવામાં આવે છે. એકાદ ગ્રંથિનો સ્રાવ ઓછો તો હોય છે તો તે ખોટ બીજી ગ્રંથિ પોતામાથી તેટલા પ્રમાણમાં ધુ સ્રાવ પેદા કરી ભરપાઈ કરે છે. નાનપણમાં પુરુષ ગ્રંથિ-male gland-ને નુકસાન પહોંચાડવાથી પિચ્યુટરી વધુ ઉત્તેજિત થાય છે અને પરિણામે આપણે ઊંચા હિજડાઓ જોઈએ છીએ ! કોઈ પણ અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિઓનો રોગ આખા વ્યક્તિત્વને પલટી નાખે છે. અંતસ્રાવી ગ્રંથિઓની 'સંવાદી વીણા' ઉપર જ મંજુલ જીવન-સંગીત અવલંબેલું છે એટલું સૌ કોઈ હૃદયમાં કોતરી રાખજો.

આ અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિઓ આપણી પાચનક્રિયા પણ નિયમિત કરે છે અને આહારની અપૂર્ણતા આ ગ્રંથિઓ ઉપર અસર પહોંચાડે છે. આમ એકની અપૂર્ણતાની અસર શરીરમા બધે જ થાય છે. દાખલા તરીકે, આપણા રોજના આહારમા આયોડીન જવું જોઈએ. તે ન જાય તો ગલગંડ-ગોઇટર-નામનો રોગ લાગુ પડે. ગલગંડ રોગ થાઇરોઇડ ગ્રંથિને ઇજા પહોંચાડે અને થાઇરોઇડને ઇજા પહોંચતાં તેમાનો સ્રાવ 'થાઇરોક્સિન'

નામની ગ્રંથિ છે તેના પાછા એન્ટીરિયર (આગલો) અને પોસ્ટીરિયર (પાછલો) એવા બે વિભાગો છે. ગળામાં થાઈરોઈડ નામની ગ્રંથિ છે. છાતીની બખોલમાં થાઇમસ નામની ગ્રંથિ છે. (મોટી ઉંમરે આ ગ્રંથિ અદૃશ્ય થઈ જાય છે.) મૂત્રપિંડમાં સુપ્રારેનલ નામની ગ્રંથિ છે. આ બધી ગ્રંથિઓની લીલા વિદ્વાનોએ અનેક જાતના અટપટા પ્રયોગો કરીને જોઈ છે અને આધુનિક વિજ્ઞાનના આ અખતરાઓને ખોટા કહેવાની ધૃષ્ટતા તો કોઇથી શે થાયે? આ નાની ગ્રંથિઓ ઉપર મોટા ગ્રન્થો લખાયા છે. પશ્ચિમના વિદ્વાનો આ નાનીશી ગ્રંથિઓની ગહનતામાં અવગાહન કરવા બેહદ શ્રમ ઉઠાવી રહ્યા છે અને આને લીધે ઘણી નવી વાતો પર પ્રકાશ પડયો છે—પડવા માંડયો છે.

નાની શી પિચ્યુઇટરી ગ્રંથિના સ્રાવની અસર તે સ્રાવ આગલા (એન્ટીરિયર) ભાગમાંથી આવે છે કે પાછલા (પોસ્ટીરિયર) ભાગમાથી આવે છે તેના પર આધાર રાખે છે. જો પિચ્યુઇટરીના આગલા ભાગનો સ્રાવ અલ્પ હશે તો જનનઅવયવોના વિકાસને તે રૂંધશે, શરીરમાં ચરબી વધશે અને સ્થૂલતા જન્મશે. આ જ આગલા ભાગનો સ્રાવ જો વધુ પ્રમાણમાં થતો હશે તો જનનઅવયવો ઘણી ઝડપથી વધશે અને મોટા થશે. પાછલા ભાગનો સ્રાવ જો વધુપડતો સ્રવતો હશે તો લોહીનું દબાણ (બ્લડપ્રેશર) વધશે અને ગર્ભાશયના સંકોચવિકાસને ઉત્તેજિત કરી અટકાવ વધારે લાવશે.

સુપ્રારેનલ ગ્રંથિની અપૂર્ણતાથી અથવા ઓછા સ્રાવથી અલ્પપીડિતાર્તવ જન્મે છે અને ગર્ભાશયનો હ્રાસ (એટ્રોપી) થાય છે. આ સુપ્રારેનલ ગ્રંથિઓના વધુપડતા સ્રાવથી પણ નષ્ટાર્તવ અને વંધ્યત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. થાઇમસના અતિ સ્રાવથી પણ નષ્ટાર્તવ અને જનનઅવયવોનો અલ્પ વિકાસ થાય છે. આ બધી વાતો હવે લગભગ સિદ્ધ થઈ ચૂકી છે એટલે તું જોઈ શકીશ કે આજ સુધી

જે એમ માનતું હતું કે રજોદર્શન કેવળ બીજકોષોના સ્રાવ (ઓવેરિયન સિક્રેશન) પર નિર્ભર છે તે હવે સાચું રહ્યું નથી. બીજકોષ, ગર્ભાશય, ઉપર્યુક્ત બધી ગ્રંથિઓ—આ બધાના સામંજસ્ય અને ઐક્ય પર જ રજોદર્શનની ક્રિયા નિર્ભર છે. રજોદર્શન કેમ નથી આવતું તેનાં કારણો સમજવાં—સમજાવવાં કેટલું મુશ્કેલ કામ છે તે તું સમજી શકીશ.

વળી બીજકોષના અંતઃસ્રાવો (હોર્મોન્સ) પર હમણાંહમણાં થોકબંધ લેખો પ્રગટ થતા જોવામાં આવે છે. અને બીજકોષના અંતઃસ્રાવોની અવ્યવસ્થા પર જ રજોદર્શનની અવ્યવસ્થા નિર્ભર છે એમ આપણને સમજાવવામાં આવે છે. બીજકોષના બે મુખ્ય અંતઃસ્રાવોઃ (૧) ઇસ્ટ્રીન અથવા ફોલીક્યુલીન અને (૨) પ્રોજિસ્ટીન. ઇસ્ટ્રીન એ પરિપક્વ થયેલ બીજપુટકો (ગ્રાફિયન ફોલિકલ્સ) માંથી તૈયાર થાય છે. જ્યારે પ્રોજિસ્ટીન એ બીજકિણપુટો (કોર્પસ લ્યુટિયમ) નો પરિપાક છે. અને આ ઇસ્ટ્રીન અને પ્રોજિસ્ટીન બંને ઉપર પિચ્યુઇટરી વગેરે ગ્રંથિઓની ઓછીવત્તી અસર છે. આવી અગમ્ય લીલા છે એટલે જ હું રજોદર્શનની અવ્યવસ્થાનાં કારણો મને કે બીજા કોઈને સમજાવી શકતો નથી. તું જ કહે, આ ગ્રંથિઓમાંથી કયા ગ્રન્થિનો સ્રાવ અલ્પ યા વધુ છે, એ પારખવું એ કેટલું મુશ્કેલ કાર્ય છે. વિમલવિપુલ બુદ્ધિવાળા વિદ્વાનોની બુદ્ધિને પણ આકુલ કરે એવો આ વિષય છે, તો પછી મારા જેવા અલ્પબુદ્ધિવાળાનું આ વિષયમાં ચંચુપાત કરવાનું શું ગજું? છતાં ધૃષ્ટતા તો કરી જ છે. આ અગત્યનો વિષય ચર્ચા માગે છે, વિશાળ વાચન માગે છે. આ વિષયના પંડિતો કંઈક લખે તો વધુ સારું. પણ આપણા હિંદી ડોકટરોનું જ્ઞાન સ્વભાષામાં ઊતરી શકયું નથી તો પછી તે સમજાવત તો ક્યાંથી જ થાય? માટેજ મારા જેવા અનધિકારીને આવી ચેષ્ટા કરવી પડે છે. શો ઉપાય!

એક બીજી વાત પણ કહી નાખું. ઉપર્યુક્ત ગ્રથિઓ અને તેના સ્રાવોની અસરના પ્રયોગો મુખ્યત્વે પશુઓ પર થયેલા છે. પશુઓને રજોદર્શન થતુ હોય એવુ હજી મારા જાણવામા નથી આવ્યુ (અવમત્ત, કેટલાક વાદરાને રજોદર્શન થવાના દાખના નોધાયેના છે) વળી પશુઓની અ ત સ્રાવિ ગ્રથિઓ કરતા મનુષ્યની તદ્દન નિરાળી—ભિન્ન છે એટવે પશુઓ પરના અખતરાઓ મનુષ્યશરીર ઉપર ઘટાવવા એ ઠીક નથી એમ હુ માનુ છું પ્રખ્યાત ક્ષયચિકિત્સક ડૉ મુથુએ તેમના 'પલ્મોનરી ટ્યુમરક્યુલૉસિસ' નામના રસિક ગ્રન્થમા આ પશુઓ ઉપર થતા અને મનુષ્યશરીર પર ઘટાવાતા અતિખર્ચાળ અને અટપટા પ્રયોગો તરફ પોતાની નાપસંદગી બતાવી છે અને આ નીચેનો ફકરો એક વિદ્વાનનો તું વાચીશ એટલે આ અંત-સ્રાવિ ગ્રથિઓને જે સાતમે આસમાને ચડાવેવી છે તેની નિરર્થકતા તું સમજી શકીશ. હુ આ ફકરો ન ટાકત, પણ તું જાણે છે (તે જ મને હોર્મોટાન વિષે પુછાવ્યું હતુ તે યાદ હશે.) કે આજકાલ આ ગ્રથિઓના સ્રાવોનુ જ સામ્રાજ્ય પ્રવર્તી રહ્યું છે અને સ્ત્રીઓના રજોદર્શનના અનેક વ્યાધિઓ પર આ ગ્રથિઓના અ તઃસ્રાવોની બનાવટો—દવાઓ—અતિ મોઘા મૂલે આજે હિંદમા વેચાઇ રહી છે, ડૉકટરો વાપરી રહ્યા છે. પિચ્યુઇટરી, થાઇરૉઇડ ગ્રન્થિઓ રજોદર્શનમા અગત્યનો ભાગ ભજવે છે એટલે હવે આ ગ્રંથિઓની બનાવટોની દવાઓનો છૂટથી ઉપયોગ આપણા ડૉકટરો કરી રહ્યા છે તુ પોતે હોર્મોટાન વાપરીને થાકી ગઈ છું અને હવે દેશી દવા માગે છે; પરતુ મારી પાસે અટકાવ સાફ લાવે એવી અથવા રજોદર્શનના અનેક વિકારોને મિટાવી દે એવી રામબાણ દવા[1] છે જ નહિ એક વિદ્વાન સજ્જને મને આ ગ્રથિઓની બનાવટો

૧ એવી દવાઓથી રજોદર્શનને લગતા રોગો જલદી મટતા નથી. કેટલાક આસનો અથવા નિયમિત સૂર્યનમસ્કાર જેવી કસરતો સ્ત્રીઓ હમેશાં કરતી થઈ જાય અને ખુશમિજાજમા રહે અને સાથેસાથે યોગ્ય આહાર-

(ગ્લૅંડ પ્રોડક્ટ્સ) વિષે મારો અભિપ્રાય પુછાવ્યો છે, અને આ દવાઓને સ્થાને કયી દેશી દવાઓ વાપરવી એ પુછાવ્યું છે. હું શું લખું? નિશ્ચયાત્મક અભિપ્રાય શે અપાય? મને આ ગ્લૅંડની બનાવટો માટે સારો અભિપ્રાય નથી. મારું ચાલતું હોય તો આ મોઘી દવાઓને—જેમાંની ઘણીખરી કશું જ કામ નથી કરતી, હું હિંદમાં જ ન આવવા દઉં. પરંતુ મારું રાજ્ય ઓછું જ છે? અને અંગ્રેજ સરકારના રાજ્યમાં આ કચરા જેવી અનેક દવાઓને રોકનાર કોણ છે? ઠીક, પેલો ફકરો ટાંકું છું:

"Endocrine therapy is coming to bear a suspicious resemblance to mediaeval magic–the savage believes that eating the heart of his enemy, *will confer on him the virtues of his* enemy, and the most enthusiastic vendors of endocrine remedies suggest that the consumption of practically any organ will cure disease in that organ." પ્રાચીન જંગલી મનુષ્ય પોતાના દુશ્મનનું હૃદય ખાવાથી દુશ્મનના બધા સદ્‌ગુણો પોતામાં આવે છે એમ માનતો. બરાબર તેજ રીતે આજના આ ગ્રંથિસ્રાવ–પ્રતિપાદક ઉત્સાહીઓ માને છે કે ગમે તે ગ્રંથિની બનાવટવાળી ગોળી ખાઇ જવાથી તે ગ્રન્થિમાં અથવા તે ભાગમાં જે રોગ હશે તે મટી જશે.

ટીકા જરા વધુપડતી છે પરંતુ સાવ ખોટી તો નથી જ. જરા આડુંઅવળું જવાય છે એ હું જાણું છું, પરંતુ તને આ ગંભીર વિષયનો કંઇક ખ્યાલ આપવા માટે આમ કરવું પડે છે.

વિહાર રાખે તો જ આમા સારો ફાયદો જણાય છે. અટકાવ લાવનાર દવાઓ ઘણી છે, પરંતુ દવાઓ પર આધાર બહુ ન રાખતાં યોગ્ય આસનો, કસરત, આહાર પર વધુ ધ્યાન દેવાની જરૂર છે મનના સ્વાસ્થ્ય સાથે પણ આર્તવને સંબંધ છે જ.

શુદ્ધ અને નિયમિત ઋતુદર્શન નીચેની ચાર બાબતો પર નિર્ભર છે:—(૧) જનનઅવયવો બરાબર હોવા જોઈએ. (૨) રુધિરાભિસરણ ક્રિયા બરાબર હોવી જોઇએ અને લોહીનો જથો અને ઘટના બરાબર હોવાં જોઇએ; (૩) જ્ઞાનતંતુઓ (નર્વસ સિસ્ટમ)ની ક્રિયા બરાબર ચાલવી જોઇએ—માનસિક કારણોને લઈને જ્ઞાનતંતુઓ પર અસર થાય છે; અને (૪) બીજકોષ અને પિચ્યુઇટરી ઇત્યાદિ ગ્રંથિઓમાંથી યોગ્ય સ્રાવ ચાલુ રહેવો જ જોઈએ.

ઠીક. હવે તારો બીજો મુદ્દો ચર્ચુ છું. "રજોદર્શન વખતે આટલી બધી આભડછેડ શાથી? જો રજોદર્શન એ સ્ત્રીશરીરની સ્વાભાવિક જ ક્રિયા છે તો પછી તે વખતે તેને અડકવું નહિ તેથી અભડાઈ જવું, એ બધું શાથી?..." આ પ્રશ્નનો ઉત્તર જરા લંબાણથી આપવો પડશે આ પ્રશ્ન તું જ પૂછે છે એમ નથી ઘણાયે સુશિક્ષિતો પણ પૂછે છે, અને આજની ભણેલી સ્ત્રીઓ પણ પૂછે છે. મારા 'અભિનવ કામશાસ્ત્ર' માં મેં આનો ઉત્તર આપવાને પ્રયત્ન કર્યો છે છતાંય જરા વિસ્તારથી આપણે આ વિષયને છેડીશું.

સારા સંસારની સકલ પ્રજાઓ રજોદર્શનના ચાર દિવસોને પરાપૂર્વથી અપવિત્ર ગણતી આવી છે. પૃથ્વીના પડ ઉપર એવી એક પણ પ્રજા, શું સુધરેલી કે શું પછાત, નથી જે આ ચાર દિવસોને બરાબર પાળતી ન હોય. હિંદુ* અને પારસી તો આ ચાર દિવસે

*प्रथमेऽहनि चाण्डाली द्वितीये ब्रह्मघातिनी।
तृतीये रजकी पुंसां यथा वर्ज्या तथाऽङ्गना॥

ભાવમિશ્રનો આ શ્લોક રજસ્વલા સ્ત્રીને પહેલે દિવસે ચાંડાળી બીજે દિવસે બ્રહ્મઘાતિની અને ત્રીજે દિવસે ધોબણ કહીને વર્જ્ય કરવા યોગ્ય ગણે છે. આ ચિત્ર આ યુગમાં ઘણાને બેહુદું લાગશે પરંતુ મનુષ્યસ્વભાવ-અભ્યાસકોએ હેતુપુરસર આટલી સખતાઈ દર્શાવી લાગે છે

પારસી ધર્મશાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે કે 'રજસ્વલાએ પવિત્ર અગ્નિથી ૧૫ કદમ ' જોઇએ. સંતપુરુષોથી ત્રણ કદમ દૂર રહેવું જોઇએ. રજસ્વલાએ ક્

બરાબર પાળે છે તે તું જાણે છે એટલે એ વિષે કંઈ પણ કહેવું અનુચિત છે. યહૂદી, મુસલમાન, ખ્રિસ્તી, બૌદ્ધ અને બધી જ જંગલી જાતો (aborigines)—આ ચાર દિવસો વિવિધ રીતે પાળે છે તે બતાવવા થોડોક ઇતિહાસ આપું છું. તને કંટાળો તો નહિ આવે ને?

યહૂદી લોકોમાં એવું વિધાન છે કે, રજસ્વલા પાણી પાસે, કૂવા ઉપર, સમુદ્રકિનારે, અગ્નિ નજીક, રસોડા પાસે, અનાજનાં ખેતરોમાં, ફલઝાડવાળા બાગોમાં જઇ શકે નહિ તેમ તે ઢોરને કે ખાદ્ય પદાર્થોને કે ફરનિચર અને પૈસાને અડકી શકે નહિ. સીરિયાના યહૂદીઓ તો રજસ્વલા સ્ત્રીઓને એક અલાયદા મકાનમાં જ રહેવાની ફરજ પાડે છે. એ ઘરમાંથી તે બાઇ, ચાર દિવસોમાં, કંઈ પણ બહાર જઇ શકે નહિ. તે કદાચ બહાર જાય તો તેના પગ નીચે જે જે ચીજો આવી હોય તેને બાળી નાખવામાં આવે છે; તે કોઇ પણ સાથે વાતચીત પણ ન કરી શકે અથવા કોઈ પુરુષ તેની સાથે વાતચીત ન કરી શકે. તે અથાણાની બરણીઓ નજીક ન જઇ શકે, રખેને અથાણાં તેના વંછાથી બગડી જાય.

પણ જાતના ઘરના કામકાજમાં ભાગ લેવો ન જોઈએ કોઈ મનુષ્ય જો પ્રાર્થના કરતો હોય અને રજસ્વલા બાઇની તેના પર દૃષ્ટિ પડે તો તે મનુષ્યે ફરીથી પ્રાર્થના કરવી જોઈએ......રજસ્વલા સાથે જે કોઇ પુરુષ સમાગમ સાધશે તે ખરી રીતે પોતાના નવા જન્મેલા બાળકને બાળશે (ભ્રૂણહત્યા કરશે).

આ જ મતલબનો સુશ્રુતનો અભિપ્રાય જુઓ:

"રજસ્વલા સ્રીમાં પ્રથમ દિવસે મૈથુન કરવામાં આવે તો પુરુષના આયુષ્યની હાનિ થાય છે, અને જો તેથી ગર્ભ રહે તો તે જન્મતાં જ મરી જાય છે અથવા જન્મ્યા પછી ૧૦ દિવસમાં સૂતિકાગૃહમાં મરી જાય છે. ત્રીજે દિવસે મૈથુન કરવામાં આવે તો પણ એમ જ થાય છે અને કદાચ ગર્ભ જીવે તો પણ અપૂર્ણ અંગોવાળો અથવા અલ્પ આયુષ્યવાળો થાય છે. ચોથા દિવસના સહવાસથી ગર્ભ સંપૂર્ણ અંગોવાળો તથા લાંબા આયુષ્યવાળો થાય છે."

(સુશ્રુત: શારીરસ્થાન, અ. ૨).

લેમેનોનના ગામડિયાઓ તો એટલે સુધી માને છે કે રજસ્વલાનો પડછાયો પડવાથી વેના ઉપરના ફળ ઠરમાઈને ખરી પડે છે. રજસ્વલા જો ઘોડા પર સવારી કરે તો તે ઘોડો પણ મરી જાય અથવા કાયમ માટે નકામો થઈ જાય છે હજી પણ ઇરાન અને પેનેસ્ટાઇન જેવા યહુદીઓના મુખ્ય મથકોમા જે યહુદીઓ યુરોપિય નોની અસર નીચે આવ્યા નથી તેઓ શાસ્ત્રોક્ત રીતે રજોદર્શનવિધિ પાળે છે

આરબો અને મુસલમાનો પણ રજોદર્શન બરાબર પાળે છે યહુદીઓની પેઠે આરબો પણ રજસ્વલાઓને જુદા ઘરમા રાખે છે

ભૂતિયા, સિક્કીમી અને ટિબેટનિવાસીઓ પણ નેપાની સ્ત્રીઓ પેઠે જુદા ઘરમા રજસ્વલાને રાખે છે જો જુદુ ઘર રાખી શકે એવી સ્થિતિમા ન હોય તો જે ઘરમા તે રહેતી હોય તે જ ઘરમા એકાદ ઓરડી તેને અલગ આપવામા આવે છે ઘર સાથે આ ઓરડીને કંઇ પણ સબધ હોતો નથી ઘરને ફક્ત એક નાની બારી હોય છે, અને આ બારીથી જ તેને ખોરાક પહોચાડવામા આવે છે રજસ્વલા પોતાના નાના બાળકને ધવડાવી શકે નહિ, બીજી સ્ત્રીઓ આ બાળકને ધવડાવે છે તે ઘરમાથી બહાર જઈ શકતી નથી, અથવા પ્રાર્થના કે અન્ય સામાજિક વિધિમા ભાગ લઇ શકતી નથી

ચીનના બૌદ્ધધર્મીઓ પણ આ જ રીતે રજોદર્શન પાળે છે કોચીનચીન અને સિયામની સ્ત્રીઓ પણ રજોદર્શન વખતે અનાયાસ ઘરોમા રહે છે, તે રાધતી કે ધોતી નથી

ઘણીયે અસસ્કૃત જાતો—જગલીઓ—પણ આ આચાર બરાબર પાળે છે અને જ્યારે સુધારાના સસ્પર્શથી તદ્દન અલિપ્ત અથવા દૂર રહેતા આ અસસ્કૃત મનુષ્યોમા આ આચાર ખૂબ જ ચીવટાઈથી પળાય છે તો પછી અનુભવથી એ લોકો રજોદર્શનના ચોપ જાણી શકયા હશે જ એમ માનવુ પડે આફ્રિકાના મોટા

ભાગમાં ત્યાંના અસલ વતનીઓ રજોદર્શનના નિયમો ચુસ્ત રીતે પાળતા જણાય છે. દક્ષિણ આફ્રિકાની રજસ્વલા સ્ત્રીઓ ગાયને દોહી શકતી નથી. ઘણુંખરાં સ્થળે તો રજસ્વલાઓ જુદી જ ઝૂંપડીમાં રહેવા જાય છે.

અમેરિકામાં રેડ ઇંડિયનની સ્ત્રીઓ રજોદર્શન વખતે પોતાનો હાથ માથાને અડકાડી શકતી નથી. માથું ખંજોળવું હોય તો સળી લેવી પડે છે. ઘણીખરી, એ વખતે, જુદાં જ ઘરોમાં વસવાટ કરે છે.



૩૪ : સુવાવડનો ડર

આજની સ્ત્રીઓને સુવાવડોનો ડર લાગવા માંડયો છે! ઘણી બહેનો મારી પાસે આવી ખુલ્લા દિલે સુવાવડ ન આવે એવી દવાની માગણી કરે છે! ભણેલી–સુધરેલી જ નહિ અભણ સ્ત્રીઓ પણ આ માગણી કરે છે! સુધારકો 'વસ્તી વધે છે તે માટે કંઇ કરવું જોઇએ' એવી વાતો કરે છે. નિખિલ ભારતવર્ષીય મહિલા પરિષદ 'સંતતિનિયમન'ના ઠરાવો કરે છે. આ જ્ઞાનપ્રચારના જમાનમાં કર્ણોપકર્ણ આવી વાતો કુમારિકાઓના કાન સુધી અને અભણ સ્ત્રીઓ સુધી પહોંચે છે. આમ સુવાવડનો ડર સ્ત્રીઓને સતાવી રહ્યો છે એ ચોક્કસ છે.

એક વખત એક સુશિક્ષિત બાઇ મારી સલાહ લેવા આવ્યાં હતાં. તે સમયે બીજી એક બાઈને હું તપાસતો હતો. તપાસી રહ્યા બાદ મેં એ બાઈને કહ્યું : "સુવાવડનો ડર ન રાખશો." પેલી સુશિક્ષિત બાઇએ સાંભળી રહી હતી. જ્યારે તેમનો વારો આવ્યો ત્યારે સૌ પ્રથમ એ બાઈએ મને પ્રશ્ન પૂછયોઃ "તમને પુરુષોને સુવાવડના ડરનું ભાન કેમ કરી કરાવી શકાય?" હું શરમાયો. શો

ઉત્તર આપવો એ સમજી શકયો નહિ મે ધીમેથી કહ્યુ 'સ્ત્રીઓ પુરુષો કરતા કષ્ટ ધીરજથી સહન કરનાર છે સુવવાડનુ કષ્ટ સ્ત્રીને લાગતુ જ નથી આજકાનના દુષ્ટ પ્રચારની તમારા મન ઉપર અસર થઈ છે અને તમો નાહકના બાધેના છો સુવાવડનો ડર રાખશો તો સૃષ્ટિનુ શુ થશે?'

'તમને પુરુષોને ખોનતા—દલીલો કરતા સારી આવડે છે તમોએ કદીયે સ્ત્રીઓના હૃદયમા પ્રવેશ કરી સ્ત્રીઓના પ્રશ્નોના જવાબો આપ્યા જ નથી" એ બાઇ ગઇ હુ દવાખાનેથી ઘેર ગયો અને એ બાઈના શબ્દો યાદ આવવા લાગ્યા સ્ત્રીઓને શુ ખરેખર અસહ્ય કષ્ટ પાછળ કઇ હેતુ હશે? કુદરતે આવુ કેમ કર્યું હશે? કા કુદરત અન્યાયી છે કે કા અમો ચિકિત્સકો બેવકૂફ છીએ કે એનુ રહસ્ય સમજી શકયા નથી સુવાવડ વખતે શુ કામ કષ્ટ થવુ જોઇએ?

એક શાસ્ત્રવૈદ્ય કહે છે કે 'પુરુષ અને સ્ત્રી-બેમાથી એક ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવાનુ મને કોઇ કહે તો હુ જરૂર 'સ્ત્રી' ઉપર જ શસ્ત્રક્રિયા કરવાનુ પસદ કરુ કારણ કે સ્ત્રી દરદ ધીરજથી સહન કરે છે કવિઓ સ્ત્રીઓને મૃદગી, અબલા, કુસુમપેનવા—વિશેષણો લગાડે છે પરતુ ખરી રીતે પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ વધુ કઠિન છે"

અને આ વાત મને તદ્દન સાચી લાગે છે સાધારણ તાવ પુરુષને આ યો હોય છે તો તે આખુ ઘર ગજાવી મૂકે છે—ગાડુ કરી મૂકે છે, જ્યારે સ્ત્રીને તાવ સાથે બીજી કેટલીયે પીડા થતી હોય છે પરતુ તે શાતિથી સૂઈ જ રહે છે એક પહેલવાન ભાઇને હુ ઇજેકશન આપતો હતો ઇજેકશન નસમા આપવાનુ હતુ જરાક લોહી પીચાકારીમા મે ખેચ્યુ તે એ ભાઈએ જોયુ પણ ખરુ જોવુ મે ઇજેકશન આપવુ શરૂ કર્યું કે એ ભાઈ બેભાન બની ગયા! ધમ દઈને માટલી ઉપરથી નીચે પડયા! મે સમયસૂચકતા

વાપરીને નસમાથી સોય કાઢી લીધી હુ ગભરાયો કમ્પાઉન્ડરને સ્ટિમ્યુલન્ટ મિક્સ્ચર ઝટ બનાવીને દરદીને પાઈ દેવા કહ્યુ અને થોડુ ક સ્મેલિંગ સોલ્ટ સુ ઘાડવા કહ્યુ થોડીવારે એ ભાઈને ભાન આવ્યુ ત્યારે મને કહેવા લાગ્યા ' મને ઇન્જેકશન લેતા આવુ જ થાય છે હુ દરદ સહન કરી શકતો જ નથી " મે કહ્યુ ' તો પછી તમારે મને પ્રથમથી આ વાત કરવી હતીને ! દરદીએ લાચારી બતાવી " મને એ કહેતા શરમ લાગી એક પહેલવાન જેવો માણસ નાનીશી સોયની અણી ચામડીમા પેસતા આટનો ગભરાય છે ! ' મને એની વાત સાવ સાચી લાગી એના જેવો પહેલવાન જેવો માણસ ઈન્જેકશનની સોય સહન કરી નથી શકતો એ કહેતા તેને જરૂર શરમ આવતી જ હશે ઘણા યે હૃષ્ટપુષ્ટ જણાતા માણસોને હુ આવા જ ઢીલાપોચા તરીકે જાણુ છુ

પર તુ મે એક પણ સ્ત્રીને હજી ઇન્જેકશનની સોય લેતા બૂમ પાડતી કે ગભરાતી જોઈ નથી તે શાતિથી ચિકિત્સકની સામુ જોઈ રહે છે ચામડી બહેર મારવાની દવા ચિકિત્સક લગાવે છે કે નહિ તેની પણ તે પૂછપરછ કરતી નથી !

આપણો સૌનો ઘરનો અનુભવ પણ એમ જ કહેશે કે પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ ઘણુ કષ્ટ સહન કરી શકે છે સ્ત્રીના સ્વભાવમા જ દુ ખ સહન કરવાની અદ્‌ભુત શક્તિ છે સાસુસસરા અને નણદ વચ્ચે આવીને તે જે રીતે સહન કરતા શીખે છે તે અદ્‌ભુત નથી શુ ? પિતાનુ ઘર છોડીને પારકે ઘેર તે જાય છે ત્યારે તેના મનમા શુ શુ થતુ હશે ? મને તો લાગે છે કે પ્રજાત તુની અવિચ્છિન્નતા માટે ભગવાને સ્ત્રીને સર્જી છે એટને કષ્ટ સહન કરવાનુ બળ અને ધૈર્ય પણ તેણે તેને આપેતુ જ છે સદીઓથી જે કષ્ટ સ્ત્રીઓ સહન કરતી આવી છે તેમાથી જ સ્ત્રીનુ સૌ દર્ય, કોમળ ભાવો ખીલ્યા છે સૃષ્ટિની શૃ ખલા અતુટ રાખવાનુ કાર્ય સ્ત્રીઓ જ કરે

છે. પુરુષો તો કેવળ ' Necessary evil ' છે એમ કહીએ તો ચાલી શકે.

' Necessary evil '–' નભાવી લેવા લાયક દૂષણ '–કહેવાનો મારો આશય તમને કહું. પ્રાણિશાસ્ત્ર–બાયોલાજી–પ્રમાણે 'નર' ખરી રીતે Race માટે–પ્રજા માટે–અલ્પ ઉપયોગી છે–' mere accessory '–છે; જ્યારે પ્રજા માટે–સંતાનો માટે–સ્ત્રી જ સર્વસ્વ છે. પુરુષ બહાર ભટકે છે, મહેનત કરે છે, પોતાના સ્ત્રીબચ્ચાંનું ભરણપોષણ કરે છે, એટલે અંશે તેની સામાજિક ઉપયોગિતા જરૂર છે જ પરંતુ પ્રજાઉછેર માટે–પ્રજાતંતુની અવિચ્છિન્નતા માટે–સ્ત્રીનો જ મુખ્ય ભાગ છે. અને હવે તો " Parthenogenesis " અથવા અલૈંગિક પુનરુત્પત્તિ–પણ શક્ય બની છે!

પરંતુ આપણે ફરીથી આ દુઃખ–pain ઉપર આવીએ. પુરુષોના નસીબમા કષ્ટ–દુઃખસહનના પ્રસંગો નથી જ્યારે સ્ત્રીના જીવનમાં છે જ. પ્રજાતંતુ અવિચ્છિન્ન રાખવા માટે સ્ત્રીને દુઃખ સહન કરવું પડ છે અને સુવાવડનું કષ્ટ સહન ન કરે તો સૃષ્ટિ કેમ ચાલે? હજારો વર્ષોથી સ્ત્રીઓ કષ્ટ સહન કરતી આવી છે અને હજીયે કરશે જ. પરંતુ વધતા જતા વિજ્ઞાને તેમને હવે કષ્ટમુક્ત બનાવવા કમર કસી છે સિમ્સન નામના વિદ્વાને ' ક્લોરોફોર્મ ' ની શોધ કરી છે ત્યારથી આનાં બીજ વવાયાં છે. અલબત્ત, આ શોધ પછી પણ એનો ઉપયોગ ઘણાં વર્ષો સુધી પ્રજાએ ન કર્યો. પાદરી ધર્મગુરુઓએ સિમ્સનની આ શોધ માટે બે શબ્દો સ્તુતિના કહ્યા, પરંતુ ' એ સિમ્સન તો પ્રભુના કરતાં વધુ ડાહ્યો છે એમ બતાવવા પ્રયત્ન કરે છે ' એ મહાપુરુષસહજ નિંદાથી તેને નવાજેલો. પરંતુ સિમ્સને તેની પરવા ન કરી. એ સ્કોટલેંડનો વતની હતો. પાદરીઓએ ક્લોરોફોર્મ-સંમોહન–ની શોધમાં ભગવાનનો અપરાધ જોયો. સ્ત્રીઓનું સુવાવડ વખતનું કષ્ટ આના પ્રયોગથી કમી થઈ જશે એવું તેણે જ્યારે કહેલું ત્યારે પાદરીઓ તેની પર ચીડાયેલા. " જો સુવવાડમાં

કષ્ટની જરૂર જ ન હોત તો પ્રભુએ કષ્ટ ન પડે એવું જ કર્યું હોત. આના જવાબમાં સિમ્સને કહ્યું : "જ્યારે પ્રભુએ આદમીની પાંસળીઓમાંથી ઈવને ઉત્પન્ન કરેલી ત્યારે પ્રથમ તો આદમને ખૂબ ઘેનમાં—સંમોહનમાં—નાખ્યો હતો; એ જ બતાવે છે કે ભગવાને 'સંમોહન'નો સત્કાર કરેલો છે."

આ દલીલમાં સામર્થ્ય નથી. ખરી રીતે પ્રશ્ન તો સ્ત્રીઓના દુઃખનો છે; આદમ–પુરુષના કષ્ટનો નથી. પરંતુ ક્લોરોફોર્મ આખરે દુનિયામાં રહેવા સર્જાયેલું હતું એટલે વિક્ટોરિયા રાણીને ડ્યૂક આફ એડિનબરોના જન્મ વખતે સુવાવડમાં કષ્ટ ન જણાય માટે તે આપવામાં આવેલું અને ત્યારથી સુધરેલી પ્રજાઓમાં તેનો ઉપયોગ થવા લાગ્યો; સૌનું ધ્યાન પણ તે તરફ ખેંચાયું.

પરંતુ ખરી રીતે તો હમણાં હમણાં જ એનો વ્યાપક ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. 'Premedication' અથવા 'Twilight-Sleep' નામથી હવે આ પ્રસૂતા–કષ્ટહર–ક્રિયા જાણીતી થયેલી છે. સ્ત્રી ખરી રીતે આ પ્રયોગથી પ્રગાઢ નિદ્રામા પડતી નથી પરંતુ તે અર્ધી સૂતીજાગતી-drowsing સ્થિતિમાં પડેલી હોય છે અને શું થાય છે તેનું તેને જ્ઞાન નથી રહેતું. બાળકના જન્મ સુધી સ્ત્રી semi-conscious અર્ધજાગૃત સ્થિતિમાં રહે છે. સંમોહનનાં નિયમિત ઇન્જેક્શનો આપીને આ સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવામાં આવે છે અને જો પૂરતી કાળજીથી તે આપવામાં આવે તો માતા અને બાળક બન્નેમાંથી કોઈને પણ તેનાથી જરા જેટલું પણ નુકસાન થતું નથી. હા, એમાં ભય પણ છે જ. માટે હોશિયાર તજ્જ્ઞો પાસે જ ક્રિયા કરાવવી. મોટી માત્રા પડી જાય તો બાળકના જીવને જોખમકારક નીવડે છે.

પ્રસૂતાનું કષ્ટ હવે અદશ્ય થઈ ગયું છે. આટલાં વર્ષોથી સ્ત્રીઓએ ધૈર્યથી કષ્ટ સહન કર્યું તેનો બદલો આ શોધે તેમને આપ્યો છે. વિજ્ઞાનની આ જેવીતેવી સિદ્ધિ નથી.

વિજ્ઞાને આ પ્રસવકષ્ટ નિવારવા સંમોહન તો શોધ્યું પરંતુ હજી સ્ત્રીઓને માટે સુવારોગ–puerperal fever–નો મોટો ભય તો ઊભો જ હતો. સંમોહનની શોધો થઇ પરંતુ સુવાવડ પછી ઘણી સ્ત્રીઓ સુવાવડના ચેપી તાવમા મરતી હતી—રિબાતી હતી તેની શોધની પણ જરૂર હતી જ. અલબત્ત સ્વચ્છતા, જંતુઘ્ન પ્રવાહીઓ, પ્રસુતિતંત્રનો વિકાસ—આ બધાંથી સુવાવડ પછીનો આ તાવ ઘણે અંશે ઓછો થઈ જ ગયો હતો. છતાં યુરોપની હોસ્પિટલમા ઘણા વખત સુધી સુવાવડી સ્ત્રીઓનું ચોંકવનારું મરણપ્રમાણ જણાયું હતું. પ્રસુતિગૃહોમા ' ચેપ ' કેમ ફેલાય છે તેનું કારણ શોધવા માટે ઘણા ચિકિત્સકોએ સબળ પ્રયત્નો કર્યા છે. હંગેરીના ડૉ. ઇગ્નેઝ ફિલિપ સેમેનેલ્વિસ (Ignaz Philipp Semenelveis ૧૮૧૮–૧૮૬૫) વિયેનાના પ્રસુતિગૃહમા ચિ.કત્સક હતો. વિદ્યાર્થીઓ અહીં શીખવા માટે આવતા. શબચ્છેદનગૃહમાંથી પાધરા જ તેઓ પ્રસૂતિગૃહમાં ક્લાસીઝ માટે આવતા, કોઈ હાથ ધોતું નહિ. સેમેનેલ્વિસનો પોતાનો મિત્ર આ બેદરકારીથી ધાઝેરી થયો-blood-poisoning થી મરી ગયો. સેમેનેલ્વિસે બધાને Chlorinated Lime water–ચૂના અને મીઠાના પ્રવાહીથી હાથ ધોઇને જ પ્રસુતિગૃહમાં આવવાનો હુકમ કર્યો. આ સાદી દરકારથી બીજે વર્ષે પ્રસુતિગૃહમાં મરણપ્રમાણ ઘણું ઘટી ગયું. અત્યાર સુધી પોતાના જ અજ્ઞાનથી કેટલીક સ્ત્રીઓ મરણશરણ થઇ હશે તેનો તે ચિકિત્સકે જાતે જ ખેદ પ્રદર્શિત કર્યો ! કારણ કે પોતે પણ ચેપી હાથો વડે જ પ્રસવ કરાવતો હતો. પરંતુ વિયેનાના અને અન્ય સ્થળોના તેના સમકાલીન ચિકિત્સકોએ સેમેનેલ્વિસની આ વાતને હસી કાઢી અને વધારામાં સેમેનેલ્વિસને ઊંટવૈદ્ય તરીકે જાહેર કર્યો. દરમિયાન આ પંડિતોના ઘમંડમાં હજારો સ્ત્રીઓ મર્યે જતી હતી ! ઓસ્ટ્રિયાના રાજનગરમાંથી આ તેજસ્વી હંગેરિયનને ઢોરની માફક હાંકી કાઢવામાં આવેલો. જેના ઉપર માનનો વરસાદ વરસવો જોઈતો હતો તેની

ઉપર, સાધારણ માણસોએ નહિ પણ વિદ્વાન ગણાતા ચિકિત્સકોએ જ જુલમ કરવામા પાછી પાની ન કરી તેને criminal–ગુનેગાર તરીકે જાહેર કરવામા આવ્યો ! ઇર્ષાની આગ શુ નથી કરતી ? ૧૮૬૧મા પોતાના વતન બુડાપેસ્ટમા તે રહેવા ગયો અને ત્યા રહી આ મહાન વીરે 'સુતિકાજ્વર' ઉપર પ્રથમ પુસ્તક પ્રગટ કર્યું પરતુ જે અવમાનના અને જુલમો એની ઉપર ગુજરેલા તેથી તેનું મગજ ખસી ગયુ—તે ગાડો થઈ ગયો, તેને ગાડાની હોસ્પિટલમા મોકલવામા આવ્યો ! ત્યાથી સારો થઈ એ ઘેર આવ્યો વળી પાછો તે પોતાના પ્રિય કાર્યમા રચ્યોપચ્યો રહેવા લાગ્યો છેવટે જે શોધથી તેણે અનેક પ્રસૂતાઓના જાન બચાવ્યા હતા, જે Blood-poisoning થી પ્રસૂતાઓને બચાવી હતી, તે જ વ્યાધિનો એ પોતે ભોગ બન્યો અને પચત્વ પામ્યો પ્રસવ વખતે વ્રણ પડે છે અને દુષિત હાથોના સ્પર્શથી એ વ્રણ દૂષિત થાય છે અને પરિણામે રક્તવિષ–બ્લડ પોઈઝનિગ–થી સ્ત્રીઓ મરે છે એ શોધ સેમેલ્વિસની હતી પરતુ આ ચેપ લાગવાનુ ખરુ કારણ શુ તે શોધવાનુ માન લુઈ પેસ્ચ્યોર (૧૮૨૨–૧૮૯૭) ને ગયુ રોબર્ટ કોચને ભાગે પણ થોડું માન, આ શોધનુ જાય છે જ પેસ્ચ્યોર ડોકટર ન હતો, તે કેમિસ્ટ હતો દારૂ અને બીયરમા ઉત્સેચન ક્રિયા–fermentation–જોઈને એણે જતુઓની શોધ કરી દૂધનુ દહી જતુઓથી જ થાય છે એમ એણે જાહેર કર્યું આ જતુઓ વાતાવરણમા મોટી સખ્યામા રહેતા હોય છે એમ એણે જાહેર કર્યું. આ બધા જતુઓ રોગોત્પાદક નથી હોતા, કેટલાક જ હોય છે એમ એણે પ્રયોગોથી જાણ્યુ પેસ્ચ્યોરની આ શોધથી 'ચેપ' શુ છે, શાથી થાય છે એનું સાચુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયુ આ શોધને પરિણામે શસ્ત્રક્રિયામા ઘણી સફળતાઓ મળવા લાગી પ્રસૂતિતત્ર–(*midwifery*) નો વિકાસ પણ થયો

જરાક વિષયાન્તર થયુ વાચકોની ક્ષમા ચાહું છુ. પ્રસૂતા–જ્વર

Puerperal fever–Haemolytic streptococus નામનાં જીવાણુઓથી–જે જીવાણુઓ રક્તમાં રહેલાં રક્તકણો–બ્લડ કૉર્પ્સ્ર્યુ–સલ્સ–નો નાશ કરી નાખે છે—થાય છે એ હવે પુરવાર થઈ ચૂક્યું છે. અને ખૂબીની વાત તો એ છે કે આ સુવાવડીનો ઝેરી તાવ હોસ્પિટલોમા સુવાવડો કરાવે છે તે સ્ત્રીઓને જ, મોટે ભાગે, લાગુ પડે છે. હોસ્પિટલોમા–પ્રસૂતિગૃહોમા—સ્વચ્છતા, જંતુરહિતતા માટે પુષ્કળ કાળજી રાખવામા આવે છે છતાય, આ ઝેરી તાવ પ્રસૂતિગૃહોમા પ્રસવ કરાવનારી બાઇઓને જ વિશેષ લાગુ પડે છે. ઘર આગળ સુવાવડ સૂતાર સ્ત્રીઓને આ તાવ લાગુ પડે છે પરંતુ સરખામણીમા પ્રસૂતિગૃહો કરતાં ઘણો ઓછો. પ્રસંગોપાત હું અત્રે જણાવી દઉં છું કે જો ઘરમાં પૂરતી જગા હોય તો સુવાવડો ઘેર જ થાય એ ઇષ્ટ છે એમ હું માનતો થયો છું. ચેપનો ભય પ્રસૂતિગૃહો કરતાં ઘરમાં ઘણો ઓછો છે કોઈ કહેશે કે ક્યાં હોસ્પિટલની સ્વચ્છતા અને ક્યાં ગૃહની સ્વચ્છતા! હવે તો નર્સો પણ સૂતિકાશાસ્ત્રમાં કેળવાયેલી ત્યાં કામ કરે છે, સ્વચ્છતા અને જંતુરહિતતા માટે પૂરેપૂરી કાળજી રાખવામા આવે છે. હા, આ બધું ખરું: છતાંય વિચિત્ર રીતે આ ચેપનાં બીજ ત્યાં જ રહેલાં છે એ વાત એટલી જ સાચી છે—નર્સોના ગળામાં, ટૉન્સીલોમાં આ જંતુઓ વસેલાં માલમ પડયાં છે—પડે છે!

નર્સો પ્રસવ કરાવતી વખતે જંતુઘ્ન–sterile–થયેલાં વસ્ત્રો પહેરે છે. ગળામાં અને ટૉન્સીલોમાં આ જંતુઓ ભરાઈ રહ્યાં હોય છે એ જ્ઞાન પછી તો પ્રસવ પહેલાં નર્સો પોતાનું ગળું જંતુઘ્ન પ્રવાહીના કોગળાથી બરાબર સાફ કરે છે અને મોઢે મુગતી–masks પહેરે છે. ચેપ સામે પૂરેપૂરી બની શકે એ બધી કાળજી રાખવામાં આવે છે. ચિકિત્સકો અને સેવિકાઓ સફેદ—બગલાની પાંખ જેવાં સફેદ—ધોયેલાં વસ્ત્રો પહેરીને પ્રસૂતિગૃહોમાં ફરે છે. છતાંય કેસો થાય છે જ!! મરણપ્રમાણ ૨૦—૨૫ ટકા જેટલું જણાય છે.

પરંતુ હવે એક એવી દવાની શોધ થઈ છે જેના પ્રતાપે આ દારુણ ઝેરી તાવ જલદીથી વશમાં આવી જાય છે અને મરણપ્રમાણ ૭૫ ટકાથી ૩ થી ૪ ટકા જેટલું આવી ગયું છે. આ યુરોપની વાત છે. અહીંઆ પણ આ દવા વપરાવા લાગી છે. જમાનાની બલિહારી છે કે ઔષધો પણ હવે આંતરરાષ્ટ્રીય બન્યાં છે. જર્મનીમાં એક કિંમતી શોધ થઈ એનો આખા જગતને લાભ મળ્યો! આ દવાનું નામ 'પ્રોન્ટોસિલ' અને માટે જર્મન શોધકોને "નોબલ પ્રાઈઝ" મળ્યું. આ દવાના અનેક પ્રયોગો ઉંદરો ઉપર થયા અને હવે તો આખા વિશ્વમાં દરેક ઝેરી તાવમાં—streptococus infection માં–આનો સફળતાથી ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે. આ દવા અમુક રંગોમાંથી શોધાઈ છે. આ ચાલુ યુદ્ધમાં ઘણાના વાંચવામાં આવ્યું હશે કે દરેક અમેરિકન સોલ્જરને આ દવા (મૂળ દવા પ્રોન્ટોસિલ એ પછી ઘણી કંપનીઓએ નોખા નોખા નામોથી આ દવા વેચવા માંડી છે. 'સલ્ફેનિમિડ' એ જાણીતું નામ છે. સલ્ફેનિમાઇડ હમણાં જર્મની સિવાય સર્વત્ર વપરાય છે.) ચૂર્ણ અને ગોળીઓ–બન્ને રૂપમાં આપવામાં આવે છે. ઘા થયો હોય તો તુરત જ તે ઘા ઉપર આ દવાનો ભૂકો છાંટી ને પાટો દેવામાં આવે છે અને ગોળીઓ ગળવામાં આવે છે. સૂતિકા–જ્વર ઉપર આ દવાનો છૂટથી ઉપયોગ થાય છે અને મરણપ્રમાણ આ ઝેરી તાવથી ઘણું જ અટકી ગયું છે એમ એકીમતે પુરવાર થયું છે.*

આયુર્વેદજ્ઞો પાસે ઘણી દવાઓ છે પરંતુ પ્રોન્ટોસિન વા સલ્ફેનિમાઇડ જેવી અચૂક અસર ઉપજાવી શકે એવી દવાઓ પ્રજા પાસે મુકાય નહિ ત્યાં સુધી પ્રજાને એ દવાઓમાં કેમ વિશ્વાસ આવે?

આમ, સુવાવડોનો ભય—સુવારોગનો ભય–વિજ્ઞાને ઘણે અંશે દૂર કરી નાખ્યો છે. જંતુહીનતા, સ્વચ્છતા, આહાર—આ બધા

* હવે તો આથીએ વધુ અસરકારક દવાઓ શોધાઇ છે.

ઉપર અવનવો પ્રકાશ પડયો છે અને આપણે આશા રાખીશું ભવિષ્યમાં એક પણ બાઈ સુવાવડમાં કે તે પછીના કોઈ ઉપદ્રવદ નહિ જ મરે.

હવે કષ્ટહર પ્રસૂતિ માટે " Caudal analgesia " (કોડ ઍનેલ્જેસિયા) ની શોધ થઈ છે. કરોડરજ્જૂના અંતભાગમાંથી ગર્ભાશય તરફ જનાર નાડીઓ આવેલી છે. શસ્ત્રવૈદ્યોએ આ નાડીઓનો સરસ પરિચય કર્યો. ગર્ભાશયમાંથી મગજ તરફ જનાર જ્ઞાનતંતુઓ વા નાડીઓમાં, કોકેનમાંથી બનાવવામાં આવેલી metycaine (મેટિકેન) નામની દવાનાં ઈન્જેકશન આપવાથી પ્રસવ વખતે મુદ્દલ કષ્ટ જણાતું નથી. પરંતુ ઈન્જેકશનની સોય આ જ નાડીઓમાં જ જવી જોઈએ. કરોડરજ્જુના પ્રવાહીમાં—Spinal fluid માં કે રક્તમાં દવા ન જવી જોઈએ અને ફક્ત એ નસોમાં જ દવા જવી જોઈએ. કુશળ શસ્ત્રવૈદ્ય આ પ્રમાણે કરે છે. પ્રથમ ઈન્જેકશન લીધા પછી બાઈ જાહેર કરે છે કે હવે દરદ નથી જણાતું. જરૂર જણાય તો પ્રસવ સુધી આવા ઇન્જેકશનો ફરીથી આપવામાં આવે છે અને આ બધો વખત ચિકિત્સક દરદીની બરાબર સંભાળ રાખે છે. ગર્ભાશયનું આકુંચન બરાબર થાય છે કે નહિ તે એ તપાસતો રહે છે. આ કલાકૌશલ્યની અવધિ છે. સ્ત્રી જમવા બેઠી હોય છે અને પ્રસવ માટેની લાગણી થતાં ઊઠે છે. અર્ધો કલાકમાં પ્રસવ કરાવીને હસતી હસતી આવી, ખોરાક પૂરો કરે છે!

શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિકાસ માનવજાતિ આનાં દુઃખ હરવાને કરશે કે બીજાં અનિષ્ટો પણ જન્માવશે એ તો ભવિષ્ય કહેશે. આજે તો " ટ્વાઇલાઇટ સ્લીપ " ની બોલબાલા છે. આ પ્રમાણે પ્રસવ થયેલાં બચ્ચાંના માનસ ઉપર કંઇ અસર થાય છે કે નહિ એ તપાસવાનો પ્રયોગ પણ કેટલાકે કર્યો છે; પરંતુ ઢોલના અવાજમાં એવી પીપૂડીઓ હમણાં નહિ સંભળાય; ભવિષ્ય જણાવશે.

સં. ૨૦૦૧ ચૈત્રના 'પ્રસ્થાન'માં "સુવાવડનો ડર" નામનો મારો લેખ પ્રસિદ્ધ થયો. વૈશાખ અંકમાં શ્રી. સરોજિનીબહેને તે વિષે ઉહાપોહ કર્યો એમનો આ લેખ અને મારો લેખ—બન્ને લેખો ઘણાં ગુજરાતી માસિકોમાં અને સાપ્તાહિકોમાં ઉતારવામાં પણ આવ્યા. પરિણામે આ વિષયને ખૂબ પ્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ–મારી ઉપર પણ કેટલાક પત્રો આવ્યા. કેટલાકને લાગ્યું કે હું 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'ની ભલામણ કરું છું. કેટલાકને લાગ્યું કે એક વૈદ્ય થઇને મેં આયુર્વેદની દવાઓને અન્યાય કર્યો છે. કેટલાકને લાગ્યું કે મેં આજની સુંવાળી ચામડીની સ્ત્રીઓને આ લેખમાં ઠીકઠીક પંપાળી છે. આવા વિધવિધ જાતના પત્રોના પત્યુત્તરો અપાય જ નહિ. પરંતુ, એક વાત સ્પષ્ટ કરી દેવા માગું છું કે આ લેખ જ્યારે હું ૧૯૪૨ની ચળવળ પ્રસંગે નાસિક જેલમાં હતો, ત્યાં કેટલાંક સુંદર પુસ્તકો મારા વાંચવામાં આવ્યાં ત્યારે, લખવા ખાતર લખી નાખ્યો હતો. બહાર આવ્યા પછી તો ભાઈ મિત્રોની લેખોની માગણી શરુ થઈ જ ગઇ એટલે જેટલા લેખો લખેલા તે એક પછી એક તેમને મોકલી આપ્યા. એમાં આ "સુવાવડનો ડર" પણ પ્રસિદ્ધ થયો. એક સુંદર અંગ્રેજી પુસ્તક વાંચતાં હું એની લખવાની શૈલી ઉપર ફિદા થઈ ગયો અને મને પણ એ રીતે લખવાનું મન થયું. લખી નાખ્યું. એ વખતે આ લેખો લખવાનો કોઈ 'હેતુ' મારી સામે હતો જ નહિ. આજ પણ નથી જ. માહિતી આપતા આવા લેખોમાં હેતુ તરફ ધ્યાન નથી હોતું એટલે મેં 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'ની ભલામણ કરી છે અથવા કરવા ખાતર જ આ લેખ લખ્યો છે એમ માનવાની ભૂલ ઘણાએ કરી છે તે યથાર્થ નથી જ. ખરી રીતે એ લેખના અંતે જે બેત્રણ વાક્યો મેં લખ્યાં છે તે જો વાંચકોએ ધ્યાનથી વાચ્યાં હોત તો હું આ 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'નાં દુષ્પરિણામોથી વાકેફગાર છું એમ તુરત જ સમજાઈ જાત. આજે ફરીથી કહું છું કે આ 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'ની તરફેણમાં હું નથી જ.

સુવાવડનું કષ્ટ ન હોત તો બાળક તરફનો માતાનો પ્રેમ જ ન હોત. Pain and Love always go together. હેવલોક એલિસે એમના સેક્સ સાઇક્લોપિડિયામાં Love and Pain—પ્રેમ અને દુઃખ—ઉપર ખૂબ લંબાણથી લખ્યું છે. પરંતુ એ વિષય જુદો છે જ્યારે સુવાવડના કષ્ટનું દુઃખ—એ વિષય જુદો છે. પરંતુ માતૃપ્રેમ સાથે આ સુવાવડના કષ્ટને ગાઢ સંબંધ છે એટલું તો તદ્દન ચોક્કસ જ છે. ' મિસ્ટરી આફ પેઇન ' નામના પુસ્તકનો લેખક હિન્ટન એક ઉત્તમ શસ્ત્રક્રિયાનિષ્ણાત અને સાથે અત્યંત ધર્મપરાયણ માણસ હતો. તે કહે છે દુઃખમાં કંઇ ' Spiritual significance '—આધ્યાત્મિક રહસ્ય—છે. સગર્ભાવસ્થામાં અને પ્રસવકાલ સમયે સ્ત્રીને જે કષ્ટ પડે છે તે કષ્ટનું સ્ત્રીજીવનમાં અતિ અગત્યનું સ્થાન છે એમ એ વિદ્વાન માને છે. ભાવિ બાળકના પ્રેમતંતુ સાથે માતાના આ દુઃખતંતુને નિકટનો સંબંધ છે એમ એ માને છે. આ પ્રસવકાલીન દુઃખ કુદરતે ન મૂક્યું હોત તો બાળક પ્રત્યેના માતાના પ્રબળ પ્રેમનું દર્શન જ આપણને ન થાત. હિન્ટનના આ વિચારોનું ' ધી સોલ આફ ધી વ્હાઇટ આન્ટ ' નામના પુસ્તકના લેખકે સમર્થન કરેલું છે. એણે દક્ષિણ આફ્રિકાની છ બતકો લીધી અને છયેને પ્રસવ વખતે વેદનાહર ઓષધ (એનેસ્થેશિયા) આપીને પ્રસવ કરાવ્યો હતો. બતકોને સુખેથી પ્રસવ તો થયો જ પરંતુ પરિણામ એ આવ્યું કે આ છમાંથી કોઈ પણ બતકે પોતાના બચ્ચાંને ધવડાવ્યું જ નહિ ! બચ્ચાં મરી ગયાં. આ સિવાય બીજા પણ પ્રયોગો, પ્રસવ પછી માતાને બેભાન કરી નાખવાના (પોતાનાં બચ્ચાંને જુએ તે પહેલાં જ) કરી જોયા. ભાન આવતાં વેંત જ બતકોએ પોતાનાં બચ્ચાંને ધવડાવ્યાં × આ પ્રયોગો ઉપરથી આ લેખકે પુરવાર કર્યું કે પ્રસવ-

×આપણી બતકો તો ઇંડાં મૂકે છે અને મરઘીનાં ઇંડાં માફક જ તે સેવાય છે અને તેમાંથી બચ્ચાં નીકળે છે. આફ્રિકાની આ બતકોને બચ્ચાં થતાં હશે એમ લાગે છે. મારી પાસે આજે મૂળ અંગ્રેજી ગ્રન્થ નથી એટલે ચોકસાઈથ

કાલીન તેમ જ સગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના દુ:ખ વિના માતાનો બાળક તરફનો પ્રેમ વૃદ્ધિંગત થતો જ નથી. બતકો ઉપરના આવા જુજ પ્રયોગો મનુષ્યજીવન ઉપર કેટલે અંશે લાગુ પાડી શકાય એ સંશયભરી વાત છે. પરંતુ આજના શાસ્ત્રીય કહેવાતા અનેક અખતરાઓ પશુઓ ઉપર જ અજમાવી જોઈને આપણા ઉપર કયા લાદવામા નથી આવતા? તો પછી આ પ્રયોગો માનવજીવન માટે પણ સાચા શુ કામ ન માનવા? વિજ્ઞાન દુ:ખનિવારણ કરવા મથે છે પરંતુ એનુ પરિણામ અંતર-શરીરમા શુ થાય છે (આધુનિક ચિકિત્સા-વિજ્ઞાન અંતર-શરીરની ઉપાધિમા પડતું જ નથી એને મન હાડ-માંસનુ શરીર જ બસ છે!) તે જોવાના ચક્ષુઓ વિજ્ઞાન પાસે છે ખરા? દુ:ખ થાય છે: મોર્ફિયાના ઇંજેકશનથી તે તુરત જ દૂર થઈ જાય છે પરંતુ આ દુ:ખનો ઇલાજ (cure) કહેવાય? આવા ઇલાજો તો ઊલટા અંતર-શરીર (સ્થુલ શરીરના પ્રત્યેક ભાગ સાથે સૂક્ષ્મ શરીરના ભાગનો સંબંધ છે નાભિ આગળ રહેલા સ્થુલ પ્રાણનો સૂક્ષ્મ પ્રાણ સાથે સંબંધ છે બુદ્ધિ અને ચિત્તનો સંબંધ સૂક્ષ્મ શરીર સાથે છે જ એમ યોગીઓ માને છે) ઉપર પારાવાર નુકસાન પહોંચાડે છે દુ:ખનું પ્રયોજન જ્યા સુધી અંતર-ચક્ષુઓથી સમજી ન શકાય ત્યા સુધી આવા પ્રયત્નોની સાગીનરગી અસરો માપવાનુ એકમ આપણને પ્રાપ્ત થવાનું જ નથી આધુનિક વિજ્ઞાન pain-દુ:ખ-ઉપર ભલે જીત મેળવે અને ફુલાય. વિજ્ઞાનથી મનથી પરની વસ્તુઓ ઓછી જ મપાવાની છે? એ માટે તો મનની પેલી પાર જવું જોઈશે

હવે થોડુંક 'ઉપરાછાપરી સુવાવડો' વિષે. આની નિશ્ચિત સંખ્યા બાંધી શકાય જ નહિ પરંતુ ૨૦ વર્ષથી તે ૪૦ વર્ષ સુધીનો ગાળો એ ગર્ભાધાન માટેનો ઉત્તમ કાળ (Child-bearing

કહી શકતો નથી કે આ વિષયમાં શો રહસ્ય છે પરંતુ પ્રાણિશાસ્ત્ર બાબતનું અજ્ઞાન મારા વકતવ્યમાં વિભ્રમ કરે એવુ તો નથી જ.

period) છે એમા તો કોઈને વિરોધ ન જ હોઇ શકે આ વીસ વર્ષના ગાળામા જ સતાનોત્પત્તિ માટે અવકાશ છે અલબત્ત, ૪૦ વર્ષ પછી પણ સુવાવડો આવે છે જ પરતુ એ અપવાદરૂપ જ ગણાય એવી હવે આ ૨૦ વર્ષના ગાળામાય જેમ યુવાન અવસ્થામા સુવાવડો આવે તેમ તે સારી—શરીરને જરા પણ નુકસાન કરનાર નહિ—એવી ગણાય છે જેમ મોટી ઉંમરે સુવાવડો આવે તેમ શરીર ઉપર તેની અસર વધુ ગાઢ થાય છે, કવચિત શરીરનો ઘાત પણ થાય છે ૧૮ થી ૨૦ વર્ષની વયથી તે ૩૦મા વર્ષ સુધીના ગાળામા સુવાવડો તદ્દન નિર્ભય મનાય છે જ્યારે ૩૦ પછીની અવસ્થામા સુવાવડો આવે છે તેમા માતા અને બાળક બન્નેના સ્વાસ્થ્યને માટે risk—જોખમ વધારે એમ વિદ્વાનો માને છે

ઉપરાછાપરી સુવાવડો એટલે દર વર્ષે, સવા વર્ષે સુવાવડો આવવી. આનાથી શરીર ઘસાઇ જાય છે એમ ઘણા માને છે ૧૯૨૫મા વૂડબરી[1]એ કહ્યું હતુ કે "બે વર્ષના ગાળા પહેલા જે બચ્ચા જન્મે છે તેમને જીવવાનો અવકાશ અત્યલ્પ રહે છે" વૂડ બરીનું આ મતવ્ય ઘણા વર્ષો સુધી પ્રત્યેક ચિકિત્સકને કઠે રહ્યુ હતુ અને બધા જ એમ માનતા હતા કે ઉપરાછાપરી—વર્ષે સવા વર્ષે સુવાવડોથી માતાનું શરીર ઘસાઇ જાય છે અને બાળકોનુ મરણપ્રમાણ પણ વધે છે પરતુ ૧૯૪૪મા ઇસ્ટમૅન[2]ના નિરીક્ષણોએ

---

૧ Causal Factors in Infant Mortality–A statistical study based on investigation in eight cities Publication, 142—Department of Labour Children's Bureau 1925

૨ N J Eastman The Effect of the Interval Between births on Maternal and Foetal Outlook–American Journal of Obst, & Gynaeco—47 445 1944,

આ મતવ્યને ખોટુ પાડયુ છે ઇરટમૅનના નીચેના વિધાનો ખરેખર ચોકાવનારા છે —

(૧) સુવાવડ પછી વર્ષ દોઢ વર્ષે જન્મેના બાળકો, ૨–૩ વર્ષના ગાળા પછી જન્મેલા બચ્ચા સાથે સરખાવતા બન્નેના મરણ પ્રમાણમા લગારેય ફેર પડતો નથી

(૨) ઊનટુ, બે સુવાવડો વચ્ચે જેમ સમય લાબો તેમ સગર્ભાવસ્થાના Hypertensive toxaemia માટે ડર વિશેષ ૧૨ થી ૨૪ મહિના પછી આવતી સુવાવડોમા આ ડર ઓછો રહે છે જ્યારે બેત્રણ વર્ષના ગાળા પછી આવતી સુવાવડોમા આ ડર વિશેષ રહે છે ૪ વર્ષના ગાળા પછી તો આ ડર ખૂબ જ વધી જાય છે

(૩) ૧૨ થી ૨૪ મહિનામા સુવાવડ આવવાથી બાળકોનો અકાલ પ્રસવ થાય છે, પાડુરોગ, પ્રસવોત્તર લોહીવા, સુવારોગ વગેરે રોગોનો સભવ વિશેષ રહે છે, જ્યારે ૩–૪ વર્ષના ગાળા બાદ આવતી સુવાવડોમા આ રોગનો સભવ ઓછો રહે છે—આ વાત તદ્દન ખોટી છે ૧૨ થી ૨૪ મહિનાના અતરે આવેની સુવાવડોમા જન્મેલા બચ્ચા બધી વાતે તદુરસ્ત હોય છે, માતાને ધાવણ પણ સારુ આવે છે, માતાના શરીરને પણ ખાસ ઘસારો જણાતો નથી લાબે ગાળે સુવાવડ આવીને જે બાળકો જન્મે છે તે જેટના પોષાયેના હોય છે તેટલા જ ઉપરાઉપરી સુવાવડોવાળા મતાનો પણ પોષાયેલા હોય છે અતરને લઈને બાળકના શરીર ઉપર કઇ પણ ફેર જણાતો નથી

ઉપરોક્ત વાતો એટલી તો ચોકાવનારી છે કે ઘડીભર તો ઘણા એને માનવાની જ ના પાડશે પરતુ આ વિધાનો ૩૩૦૦૦ સુવાવડોના નિરીક્ષણ પછીથી કરવામા આવ્યા છે એ જ્યારે સૌ કોઈ જાણશે ત્યારે તેમને ખાત્રી થશે અને અચમો પણ થશે આ આકડાઓ તદ્દન વિશ્વસનીય છે

૧૯૪૪ના ઑગસ્ટ તા. ૧૯ના જર્નલ ઑફ અમેરિકન મેડિકલ એસોસિયેશન ' (વૉ, ૧૨૫, નં. ૧૬)ના શિક્ષણ અંકમા " The Abuse of Rest in Obstetrics " by Nickolson J Eastman M. D. Baltimore–ના લેખમાથી મેં ઉપરોક્ત વિધાનો ટાંકેલાં છે. આ જાણ્યા પછીથી ઉપરાછાપરી સુવાવડોથી શરીર કંતાઈ જાય છે, બાળકો નિર્માલ્ય અવતરે છે વગેરે વિધાનો કરવામાં આવે છે તેની પાછળ શાસ્ત્રીય ટેકો નથી એ સમજાશે. અને આ વિજ્ઞાનના જમાનામાં આ વૈજ્ઞાનિક વાતને જૂઠી માનવાની કોણ હિંમત કરશે ?

બાકી સારાં ઘરોમાંય રોગો તો આવવાના જ, મરણો પણ થવાનાં, તેમ ગરીબ ઘરોમાં પણ કેટલાક ચોંકાવનારા દાખલાઓ પણ આપણને મળવાના જ. આ બધા અપવાદો લક્ષમાં લેવાવા જોઇએ, પરંતુ તેથી કંઇ સામાન્ય નિયમ કે નિર્ણય ન બાંધવો જોઇએ. ભાવિ પ્રજાને ભયગ્રસ્ત બનાવનારાં વિધાનો કરતાં વિચાર કરવાની ઘણી જ જરૂર મને તો લાગે છે. બાકી એક વખત ભય-ગ્રંથિઓ જન્માવ્યા પછી તેમાંથી ભાવિ પ્રજાને છોડાવવી એ કાર્ય મુશ્કેલ બનવાનુ છે જ.

આધુનિક યુગને એ ક્ષેત્રની મુદ્દલ ગમ જ નથી, અને નથી એનું એને દુઃખ પણ. પશ્ચિમનાં ચશ્માંથી જ જોવામાં આવતું હોય, ઍનેટોમી અને ફિઝિયોલૉજીમાં જ જીવન બધું જાણે કેમ ન સમાઈ જતું હોય તેમ, એની ઉપર હદ ઉપરનો ભાર દેવાય છે. અને પ્રત્યક્ષને પ્રમાણ માનનાર વૈજ્ઞાનિકો આ પરોક્ષ વાતોની ઠેકડી કરવામાં પોતાનો વિજય જાણે ઘોષિત કરી રહ્યા હોય એમ જણાય છે. અસ્તુ.

' ટ્વાઈલાઇટ સ્લીપ ' એ દુઃખ ભૂલવવાનો પ્રયાસ છે. પરંતુ એથી ઉદરસ્થ શિશુ ઉપર અને માતાના માનસ ઉપર અમુક અસરો

થાય છે. અમેરિકન મેડિકલ એસોસિયેશનની એક બેઠકમાં આ ઇલાજને વખોડી કાઢવામાં આવેલ છે. ડૉ. રુડોલ્ફ હોમ્સ જેમણે ૨૫ વર્ષ પહેલાં આ ઉપચાર અમેરિકામાં દાખલ કરેલો તેમણે જણાવેલું કે "મેં એક ગંભીર ભૂલ કરી છે. હું શું કરતો હતો તે હું પૂરું સમજી શકયો ન હતો. માનવમાતાને કંઇ પણ ભાન વગરની એક જડ વસ્તુ સમાન બનતી આપણે અટકાવવી જોઇએ." ગરટ્રુડ નેલ્સને જણાવ્યું હતું કે "પ્રસવ વખતે આ દવા આપવાનો પ્રચાર વધવાથી જ અમેરિકામાં પ્રસૂતા સ્ત્રીઓનું મરણપ્રમાણ આટલું વધવા પામ્યુ છે." મારા મત પ્રમાણે બુદ્ધિમાન કે બુદ્ધિહીન, નવ--મતવાદી કે જુનવાણી વિચારવાળી કોઇ પણ સ્ત્રી એમ ઇચ્છતી નથી કે સંતાનજન્મના પ્રસંગની યાદ પણ તેના મગજમાંથી ભૂંસાઈ જાય. પોતાના સંતાનને ઇજા થાય તેના ભોગે તો કોઇ પણ સ્ત્રી પ્રસુતિની વેદનામાંથી બચવાને ઇચ્છશે નહિ."[1] આધુનિક સાયન્સને purpose અને meaning જેવું કંઈ છે જ નહિ. એ પરિશ્રમ ખાતર પરિશ્રમ કરે છે અને સ્થૂલ ચક્ષુઓથી મપાય તેટલું માપીને નવીન શોધો તરીકે પ્રસિદ્ધિ પામે છે.—સાયન્સનો ઉત્ક્રાન્તિવાદ, માનસશાસ્ત્ર અને ઇંદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર–આ ત્રણની મદદથી જીવન સમજવાના પ્રયત્નો થઈ રહ્યા છે—બધાં જ mechanic–જડ યંત્ર જેવાં છે. જીવન સમજવા માટે જીવન્ત ગુરુઓ કે જીવતી વિદ્યાઓ જોઇએ.

આટલું 'ટ્વાઇલાઇટ સ્લીપ' વિષે બસ થશે. વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓ ખૂબ છે અને તે બધી વિવિધ પ્રયત્નોથી કેવી રીતે સધાઇ છે એ બતાવવાનો પ્રયત્ન મારા લેખોમાં, હું કરું છું એ ઉપરથી વાચકોના ચિત્ત ઉપર એવી છાપ પડે કે 'હું તેનો પક્ષપાતી છું' તો તે માટે હું લાચાર છું. આટલું તો પ્રસંગોપાત. બાકી "દુઃખ વિવેક" ઉપર હું લખવાનો છું તે વાંચકો જરૂર વાંચે એમ હું ઇચ્છું છું.

૨૦-૩-૪૬

---

૧ 'પ્રભબંધુ' નો ૧૯૩૬નો ત્રીજો વિશેષાંક પૃ. ૩૪.

૪૦ : દુઃખવિવેક

જે દુખે સુખ થાય જનને તે દે છે દુખ દયા કરી
જેહ સુખે દુખ ઉપજે તે આપે નહી કો દી હરિ.
જેમ અનેક વિધિની ઔષધિ હોય અતિ કડવી કસાયલી
દર્દિ દિયે દર્દિને ટાળવા વ્યાધિ બાહર માંહેલી
કુપથ વસ્તુ કદી નહિ દિયે ખાવા તે ખોટે મિસે કરી
નિષ્કુળાનંદ એમ નિજ જનની સાહ્ય કરે છે શ્રીહરિ
(ધીરજાખ્યાન બૃહત્કાવ્યદોહન ગ્રંથ ૨ કડવું ૧, કડી ૩)

Then welcome each rebuff
That turns earth's smoothness rough,
Each sting that bids nor sit nor stand but go!
Be our joys Three-parts pain!
Strive and hold cheap the strain
Learn, nor account the pang,
Dare never grudge the three

Robert Browning

A deep distress has humanized my soul

Wordsworth

વિશ્વમાં વ્યાપી રહ્યું
દુઃખ તો ભરપૂર છે
મનુજ બન્ધુ તણા દુઃખે
સમદુઃખ આ મુજ ઉર છે ૩/૩૨
દુઃખ–અગ્નિ તણા ગુણે
આત્મ ઉજ્જ્વલતા વધે,
કઠણ તે કોમળ બને
ને ઉર વિરાગ થઈ રહે

જીવને સુખ દુઃખના
રંગ વિધવિધ ગૂંથિયા,
નિયમ ગૂઢ વડે બધા
સધાઈ એ સર્વે રહ્યા ૩/૧૧
સર્વ સ્થળમાં વ્યાપિયું
નિયમનું સંગીત એ
મૂળ સ્વર એ ગીતનો
ઇચ્છા નિયંતાની ખરે ૩/૧૨
(સ્વ. નરસિંહરાવ કૃત 'સ્મરણસંહિતા')

દુખ જ્યમ જ્યમ દિસે જીવનમાં વાધતું
　　જીવન ત્યમ ત્યમ દિસે અધિક મોંઘું;
જીવન આસ્વાદ પણ હોય બહુ છીછરો
　　જીવનનું મૂલ્ય જ્યાં હોય સોંઘું;
જગતમાં જીવન જે મધુરમાં મધુર છે
　　તે અધિક દુઃખમાં રહે દબાતું,
મિષ્ટમાં મિષ્ટ ફળ વૃક્ષ પર હોય તે
　　કીટ ને પક્ષીનો ભક્ષ થાતું.

(ખબરદાર)

જગતમાં પ્રત્યેક મનુષ્ય સુખ પ્રાપ્ત કરવા અનેક પ્રકારના પ્રયત્નો કરે છે. દુઃખ કોઈજ ઇચ્છતું નથી.[1] પરંતુ સુખ શું એ વાત ખૂબ ઉહાપોહ માગે છે. "यद् इष्टं तद् सुखंप्राहुः द्वेष्यं दुःखं इहेष्यते" (મહાભારત—શાંતિપર્વ, ૨૯૫–૨૭)—અર્થાત્ આપણને ઇષ્ટ લાગે છે તે સુખ અને જેના પર દ્વેષ ઊપજે છે તે દુઃખ. સુખ-દુઃખનું આવું લક્ષણ મહાભારતમાં આવેલી પારાશર ગીતામાં કહેલું છે, પરંતુ અહીં 'ઇષ્ટ' શબ્દનો અર્થ શો કરવો એનો ખુલાસો નથી. તિલક મહારાજ 'સુખદુઃખવિવેક' નામના પ્રકરણમાં આ 'ઇષ્ટ'ની સમજુતી નીચે મુજબ આપે છે: "...તરસ લાગી હોય ત્યારે પાણી ઇષ્ટ છે, તો પાણી રૂપી બાહ્ય પદાર્થને આપણે સુખ કહેતા નથી, તેમ હોય તો નદીનાં પાણીમાં ડૂબી જનાર માણસ સુખમાં ડૂબી ગયો એવો વ્યવહાર થાય. પાણી પીવાથી જે ઇંદ્રિય-તૃપ્તિ થાય છે તે સુખ છે. આ ઇંદ્રિયતૃપ્તિ અથવા સુખ મનુષ્યને ઇષ્ટ લાગે છે તે ખરું છે પણ જેટલું ઇષ્ટ લાગે તેટલું બધું સુખ જ હોવું જોઇએ એવો વ્યાપક સિદ્ધાન્ત થઇ શકે નહિ. માટે નૈયાયિકોએ 'अनुकूलवेदनीयं सुखं' જે સંવેદન આપણને અનુકૂલ લાગે તે સુખ અને 'प्रतिकूलवेदनीयं दुःखम्' જે સંવેદન પ્રતિકૂલ

1. "दुःखान् उद्विजते सर्वे सर्वस्य सुखमीप्सितम्" ॥
(મહાભારત : શાંતિપર્વ)

લાગે તે દુ ખ—એવી વ્યાખ્યા સુખદુ ખની આપીને તેમણે સ વેદનના પ્રકાર બતાવ્યા છે આ મ વેદન જન્મથી સિદ્ધ અને કેવળ અનુભવપ્રાપ્ય હોવાથી નૈયાયિકની આ વ્યાખ્યા કરતા સુખદુ ખનુ વધારે સારુ લક્ષણ બાધવાનુ શક્ય નથી આ સંવેદનરૂપ સુખ-દુ ખ કેવળ મનુષ્યના વ્યાપારથી જ ઉત્પન્ન થાય છે એમ નથી; કોઇ કોઇ વાર કોઇ દેવતાના કોપથી પણ દુ સહ રોગ ઉદ્ભવે છે અને તેનુ દુ ખ મનુષ્યને ભોગવવુ પડે છે માટે વેદાન્ત ગ્રન્થોમા સામાન્ય રીતે આ સુખદુ ખના આધિભૌતિક, આધિદૈવિક અને આધ્યાત્મિક એવા ત્રણ ભેદો કરેલા છે "

દુ ખના આ ત્રણ પ્રકાર ઇશ્વરકૃષ્ણની સાખ્યકારિકાના "दुःख त्रयाभिघातात् जिज्ञासा तदपघातके हेतौ"— ત્રણ જાતના દુ ખ છે તેના નિવારણ માટે આ શાસ્ત્રનું (સાખ્યનુ) પ્રયોજન છે એમ કહેલુ છે આધ્યાત્મિક દુ ખ બે જાતના છે (૧) શારીરિક અને (૨) માનસિક વાતપિત્તકફના વૈષમ્યથી* શારીરિક દુ ખ ઉત્પન્ન થાય છે કામ, ક્રોધ, લોભ મોહ ભય, ઈર્ષ્યા, વિષાદ ઇત્યાદિ માનસ દુ ખ ઉત્પન્ન થાય છે આધ્યાત્મિક દુ ખ 'આન્ત-રોપાયસાધ્ય' છે જ્યારે આધિભૌતિક આધિદૈવિક 'બાહ્યોપ ય સાધ્ય' છે મનુષ્ય, પશુ, મૃગ, પક્ષી, સરીસૃપ સ્થાવર નિમિત્તથી આધિભૌતિક દુ ખ નીપજે છે અને યક્ષ, રાક્ષસ વિનાયક, ગ્રહાદ્યાવેશ વગેરેથી આધિદૈવિક દુ ખો નીપજે છે આ ત્રિવિધ દુ ખોનો સમાવેશ સપ્તવિધ વ્યાધિઓમા સુશ્રુતે કરેલો છે (સુશ્રુતસ હિતા સૂત્રસ્થાન અધ્યાય ૨૪) —

* કેનેથ વોકર જેવા સુપ્રસિદ્ધ સર્જને એમના 'સર્કલ ઑફ લાઇફ' નામના સુદર પુસ્તકમાં વ્યાધિની વ્યાખ્યા આવી જ આપી છે "It is an upsetting of the equilibrium of an energy-system, by the impact of some hostile forces Disease is a state of disequilibrium," p 13

૧ આદિબલપ્રવૃત્ત.	Hereditary Diseases.
૨ જન્મબલપ્રવૃત્ત.	Congenital Diseases.
૩ દોષબલપ્રવૃત્ત.	Chemical Diseases.
૪ સંઘાતબલપ્રવૃત્ત.	Mechanical.
૫ કાલબલપ્રવૃત્ત.	Physical.
૬ દૈવબલપ્રવૃત્ત.	Epidemics & Endemics
૭ સ્વભાવબલપ્રવૃત્ત.	(ક્ષુધા, તૃષા, મૃત્યુ આ સ્વભાવબલ પ્રવૃત્ત છે.)

—આ સાત વ્યાધિઓ વિષે લંબાણુ ઉહાપોહ મેં અન્યત્ર કર્યો છે એટલે અહીં ફકત નામોલ્લેખથી જ પતાવીશું.

આધ્યાત્મિક—" आत्मनि अधि इति अध्यात्मम्, तत्र भवं आध્यात्मिकम्।" અહીં આત્માનો અર્થ " समनस्कआत्मायुक्तपंचभूतात्मकचिकित्साधारशरीर " એવો લેવાનો છે, કારણ કે ચિકિત્સામાં " पंचमहाभूतशरीरिसमवायः " ગૃહીત છે. " पुरि शेते इति पुरुषः "—આ દેહરૂપી નગરીમાં આત્મા સૂતેલો છે એથી આત્માને 'પુરુષ' તરીકે ઓળખવામાં આવ્યો છે. ટૂંકમાં, શારીરિક અને માનસિક દુઃખો (આ બન્નેનો સમાવેશ આધ્યાત્મિક દુઃખમાં થયેલો છે.)નો સંબંધ સમનસ્ક આત્મા અને પંચમહાભૂતાત્મક શરીર સાથે છે.

આધિદૈવિક દુઃખો દેવતાઓની અકૃપાથી થનારાં છે પરંતુ તે પણ મનુષ્યોને શરીરથી અને મનથી જ ભોગવવાં પડે છે એ ઉઘાડું છે. માટે આ ત્રિવિધ દુઃખોનો સમાવેશ ખરી રીતે બાહ્ય અથવા શારીરિક અને આભ્યન્તર કિંવા માનસિક-એવી બે કોટીમાં જ કરવામાં આવ્યો છે.

ઇચ્છા, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ વગેરે માનસિક દુઃખો છે. મન પોતે તો અચેતન છે એ આપણને સુવિદિત જ છે. આત્માના સંયોગ

વિના મન ક્રિયામાં પ્રવર્તતું જ નથી. આત્મા-'જ્ઞ'-ચેતનાવાન હોવા છતાં નિષ્ક્રિય છે અને મન અચેતન હોવા છતાયે ક્રિયાવાન છે. (ચરકસંહિતા શારીરસ્થાન. અ. ૧ જુઓ) આ બન્નેના સંયોગ સિવાય સંવેદના સ્ફુરતી જ નથી. મન અને આત્માનો સંબંધ હોય અને ઇંદ્રિયો ન હોય તો? તો મન અને આત્મા કંઇ જ ન કરી શકે.

સૃષ્ટિમાંના પાગ્ચલૌતિક પદાર્થોનું જ્ઞાન થવા માટે મનુષ્યની ઇંદ્રિયો એ પ્રથમ સાધન છે. ઇંદ્રિયો બે જાતની છેઃ—(૧) જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને (૨) કર્મેન્દ્રિયો. નાક, કાન, આંખ, જીભ અને ત્વચા—આ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. આંખથી રૂપ, નાકથી ગંધ, કાનથી સ્વર, જીભથી રસ અને ત્વચાથી શીતોષ્ણ સ્પર્શ—નું જ્ઞાન થાય છે. આથી શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસગંધ—ને ઇંદ્રિયના અર્થો માનવામાં આવેલા છે. મન બીજી વાતમાં લીન હોય તો આંખની પાસે થઈને સડસડાટ જતી મોટરનો અવાજ પણ ખ્યાલમાં નથી આવતો. અર્થાત્ એકલું મન ઇંદ્રિયના સ્પર્શ વિના વેદનાનુભવ કરી શકતું નથી. "**वेदनानाम् अधिष्ठानं मनो देहश्च सेन्द्रियः।**" (ચરક. શા. ૧/૧૩૬) **सेन्द्रियदेह** (સેન્દ્રિય કહીને નિરિન્દ્રિય દેહ જેમાં કેશ, લોમ, નખાગ્ર, અન્નમલ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે તેને બાતલ કરેલી છે) મનસહિત જ વેદનાનું ગ્રહણ કરે છે.

સ્પર્શ બે જાતના છેઃ (૧) સ્પર્શેનેન્દ્રિય સંસ્પર્શ અને (૨) માનસ સ્પર્શ. સુખદુઃખના પ્રવર્તક આ બે જ સ્પર્શો છે. (ચરક શા. ૧–૧૩૩)

ઇંદ્રિયો પાંચ છે છતાં ઇંદ્રિયવ્યાપક સ્પર્શ તો એક જ ; સ્પર્શનેન્દ્રિય (ચામડી) એક છે છતાંય પાંચેયે જ્ઞાનેન્દ્રિયોમાં એ વ્યાપક છે અર્થાત્ એનું સર્વેન્દ્રિય વ્યાપકત્વ હોવાથી સર્વઇંદ્રિયાનુગતત્વ પણ છે જ. હવે જેમ સ્પર્શનેન્દ્રિય સર્વવ્યાપી છે તેમ

ઇંદ્રિયોનો સ્વામી મન પણ સર્વવ્યાપ્ત જ છે. ઇંદ્રિયવ્યાપક સ્પર્શ એ 'ચેતઃસમવાયી' છે અર્થાત્ જે જે ભાગમાં સ્પર્શેન્દ્રિયનો સ્પર્શ થાય છે તે તે ભાગમાં પ્રત્યક્ષ અર્થ ગ્રહણ કરવા માટે મન પણ ભમતું જ રહે છે. ઇંદ્રિયોનો ઇંદ્રિયાર્થો સાથે સંબંધ સ્પર્શેન્દ્રિયથી જ થાય છે. ચક્ષુ રૂપનું ગ્રહણ કરે છે તે પણ સ્પર્શ થકી જ. માનસ સ્પર્શ શારીરિક સ્પર્શથી ભિન્ન છે. મન સાથે જે સૂક્ષ્મ ભાવોનો સ્પર્શ થાય છે તેનું જ મન ગ્રહણ કરે છે. મનને આથી જ ચરકમાં "षडिन्द्रियप्रसादनः" (ચરકસંહિતા સૂ. સ્થા. અ. ૨૬) કહ્યું છે. સુશ્રુને મધુર રસને 'षडिन्द्रियप्रसादनः' અર્થાત્ મધુર રસ મનના પોષણ માટે આવશ્યક છે–એમ જણાવ્યું છે. ગીતામાં પણ "मनः षष्ठानिन्द्रियाणि" એમ કહેલું છે. "इन्द्रियाणि पराण्याहुः इन्द्रियेभ्यः परं मनः" ગીતા. ઇંદ્રિયો બાહ્ય પદાર્થની અપેક્ષાએ શ્રેષ્ઠ છે અને મન ઇંદ્રિયો કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. ("अतीन्द्रियं पुनः मनः"–ચરક સૂ. ૮/૪) મન અતીન્દ્રિય છે. સાંખ્યમાં 'મન' શબ્દથી બુદ્ધિ, મન અને અંતઃકરણનો પણ બોધ થયેલો છે. (ચરક ટીકાકાર ચક્રપાણિદત્ત, સૂત્ર સ્થાન. ૧ શ્લો. ૫૬ ની ટીકામાં)

ટૂંકમાં ઇંદ્રિયો, મન, આત્મા–આ ત્રણના સંસ્પર્શથી જ આપણને વસ્તુનું ભાન થાય છે "वेदनानाम् अधिष्ठानं मनो देहश्च सेन्द्रियः।" (ચરકસંહિતા. શારીર. સ્થા. અ. ૧/૧૩૬) તેમ જ વેદનાનું અધિષ્ઠાન પણ આ ત્રણના સંસર્ગમાં જ છે. ઇષ્ટ–અનિષ્ટ સંવેદનાઓનો આધાર આ ત્રણ ઉપર જ છે.

દુઃખની ઉત્પત્તિની આ મીમાંસા અતિ લંબાણ માગે એવી છે. અહીં ટૂંકમાં સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

સુખદુખને આપણે ત્રિવિધ માનીએ કે દ્વિવિધ માનીએ પરંતુ દુઃખ કોઈને જોઈતું નથી એ જ મુખ્ય મુદ્દો છે. સર્વ પ્રકારનાં દુઃખની અત્યંત નિવૃત્તિ કરવી એ જ મનુષ્યનો પરમ પુરુષાર્થ છે

એમ ભાષ્ય અને વેદાન્ત બન્ને માને છે ગીતામા આત્યતિક સુખની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ આપેલી છે — सुखमात्यतिक यत्तद् बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम्॥" (ગીતા અ ૬) જે કેવળ બુદ્ધિથી જ ગ્રાહ્ય હોઈ ઇંદ્રિયાતીત છે તે જ આત્યન્તિક સુખ છે. આ આત્યન્તિક સુખની પ્રાપ્તિ થાય એટલે દુ ખ રહે જ નહિ

મહાભારત અને અન્ય શાસ્ત્રો કહે છે. ' तृष्णार्तिप्रभव दुख दुखार्तिप्रभव सुखम्।" (શાંતિપર્વ)—અતિશય તૃષ્ણા થતા તેની પીડા થાય તેમાથી દુ ખનેા જન્મ થાય છે અને દુ ખની પીડામાથી જ સુખ ઉદ્ભવે છે—આ સુખદુ ખનુ વર્ણન તદ્દન સાચુ જ છે સારાશ એ છે કે મનુષ્યના મનમા પ્રથમ વાસના, આશા અથવા તૃષ્ણા ઉત્પન્ન થાય છે તે પછી તેમાથી ઉત્પન્ન થતા દુ ખનુ નિવારણ કરવુ એનુ જ નામ સુખ સુખ એવી સ્વતત્ર કોઈ ચીજ જ નથી મહર્ષિ પુનર્વસુ ચરકસહિતામા આ જ વાતનુ સમર્થ કરે છે —

દુ ખ-વિવેક

उपधा हि परो हेतु दुख दुखाश्रयप्रद ।
त्याग सर्वोपधाना च सर्व दुखव्यपोहक ॥
कोशकारो यथा ह्यशून् उपादत्ते वधप्रदान् ।
उपादत्ते तथार्थेभ्य तृष्णायज्ञ सदातुर ॥
यस्त्वग्निक पानर्थान् ज्ञो ज्ञात्वा तेभ्यो निवर्तते ।
अनारम्भात् असयोगात् त योग नोपतिष्ठते ॥

ચરકસહિતા શા સ્થા અ ૧ શ્લો

દુ ખાશ્રય—દુ ખ જેને આશ્રયે રહે છે એ શરીર ભો તૃષ્ણાઓથી પ્રવર્તમાન થતા ધર્માધર્મ એ જ દુ ખના ઉત્પાદક ં

રેશમનેા ભીડો કોશેટામા જેમ પોતાના જ વધ માટે તાતણાં ઉત્પન્ન કરે છે તેમ અજ્ઞ-મૂર્ખ-માણસ પણ સદા વાસનાઓ

ચેારાયેલેા રહીને વિષયેામાંથી તૃષ્ણાને ઉત્પન્ન કરી પેાતાનેા વધ નિમંત્રે છે. જે જ્ઞાની મનુષ્ય વિષયેાને–ઇંદ્રિયના અર્થોને–અગ્નિ જેવા દાહક માની એમાંથી પાછેા ફરે તે જ માણસ સુખી થાય છે.

"यच्च कामसुखं लेाके यच्च दिव्यं महत् सुखम् ।
तृष्णाक्षयसुखस्यैते नार्हतः षेाडशीं कलाम् ॥" મ. ભા. શાંતિપર્વ :

" આ જગતમાં કામ એટલે વાસનાએા તૃપ્ત કરવાથી જે સુખ થાય છે, અથવા સ્વર્ગનું જે મેાટું સુખ કહેવાય છે, તે તૃષ્ણાક્ષયથી ઉત્પન્ન થતા સુખની એક આની જેટલું પણ નથી." એક વાર અનુભવેલી, જોયેલી, સાંભળેલી વસ્તુ પુનઃ પ્રાપ્ત થાય તેવી ઇચ્છા થવી તેને કામ અથવા વાસના કહે છે. ઇચ્છિત વસ્તુ પ્રાપ્ત નથી થતી, તેા દુઃખ થાય છે અને ઇચ્છા તીવ્ર થતી આવે છે, અથવા મળેલું સુખ પૂરું ન થતાં અધિકાધિક ઇચ્છા દિન પર દિન વધતી જ જાય ત્યારે એવી ઇચ્છાને તૃષ્ણા એવું નામ આપવામાં આવે છે.

પરંતુ તૃષ્ણાત્યાગ, વાસનાસંન્યાસ, ઉપધાત્યાગ—આ સંન્યાસમાર્ગી ઉપાયેા છે; આનું અવલંબન વ્યવહારમાં અશકય છે. તૃષ્ણા ન જ હેાય તેા પ્રવૃત્તિનું પ્રેરક કેાણ બનત? એટલે આ વ્યાખ્યા એકપક્ષી છે, અવ્યવહારુ છે. પરમ નિવૃત્તિ સિવાય વાસનાત્યાગ શકય જ નથી. એટલે જગતની સાથે વાસના અને તૃષ્ણાએા છે એટલે જગતની સાથે દુઃખ પણ જોડાયેલું જ છે એમ માનવું રહ્યું.

ચક્રનેમિક્રમે ઊંચીનીચી દશાનેા ક્રમ આ જગતમાં ચાલી જ રહ્યો છે એમ મેઘદૂતમાં કાલિદાસે કહ્યું છે તે બરાબર જ છે. સુખની પછી દુઃખ અને દુઃખની પછી સુખ લાગેલું જ છે. કાલ ભગવાનના રેંટમાંથી સુખદુઃખનાં ઘડિયાં ભરીને ઢેાળાયા જ કરે

છે આ દુ ખનુ વિશ્વમા કંઇ પ્રયોજન હશે ખરું ? બધા સુખ જ વાછે છે કોઈ દુ ખ વાચ્છતું નથી પરંતુ આપણી ઇચ્છા અનુસાર વિશ્વ ઓછુ જ ચાલે છે ? વિશ્વના આયોજનમા દુઃખને સ્થાન નથી એમ કોણ કહી શકશે ? જગતની ઉત્ક્રાન્તિનો ઇતિહાસ જોતા જગતનો વિકાસ દુ.ખે જ કર્યો છે એમ કહી શકાય એમ છે. અને એથી ઊલટુ અતિ સુખવિલાસોથી દેશો અને રાષ્ટ્રો નાશ પામ્યા છે એ પણ એટલું જ સાચુ છે એટલે દુ ખનુ પ્રયોજન છે જ. ઉચ્ચ જીવનની અભીપ્સાવાળા મનુષ્યોના તપો આપણે કયા જોયા નથી ? સુવર્ણની શુદ્ધિ એના પાવકનિમજ્જનમા છે તેમ મહાપુરુષો—લોકોત્તર પુરુષોની જીવનસુવાસ પણ દુઃખના વિકટ પ્રસ ગોમાથી જ મહેકેલી છે—મહેકે છે.

> "સુખદુખ મનમાં ન આણીએ ઘટ સાથે રે ઘડિયાં
> ટાળ્યાં તે કોઈનાં નવ ટળે રઘુનાથનાં જડિયાં"
>
> (નરસિંહ મહેતા)

સુખદુ ખ ઘટ સાથે જ ઘડેલા છે. સ્વ. નરસિંહરાવ યોગ્ય જ કહે છે કે "વિશ્વમા વ્યાપી રહ્યુ દુ ખ તો ભરપૂર છે"

> "છે માનવીજીવનની ઘટમાળ એવી,
> દુ ખપ્રધાન સુખ અલ્પ થકી ભરેલી"

આ કથનાર કવિએ દુ.ખનું બરાબર મૂલ્યાકન કર્યું લાગે છે. ભગવાનની કૃપાનો અભિષેક હમેશા ભક્તોના દુઃખપાત્રમા જ થયો છે કવિસમ્રાટ રવીન્દ્રનાથે આ માટે અતિ સુદર ભાવ રજૂ કર્યો છે એ આર્ષ કવિ દુ ખને "आनन्दरूपममृतम्" કહે છે આ પ્રાણુનાન શબ્દો આ રહ્યા —

"The glory of imperfection is misery, misery is its wealth, misery is its capital Man is man because he achieves truth through misery. His powers

limited. no doubt, but God has not made him a beggar. He does no get things begging but he has to get them through pain. If we have to give anything to God, what shall we give? There is no satisfaction in giving Him, that which is His; we have to give Him that which is peculiarly our own, namely misery. This misery, He will return, filled to the brim with His Anand, that is with Himself. Otherwise how can He pour His bliss? If we have not this vessel of our own, how could He have poured His nectar?

Man's freedom is never in being saved from troubles, but it is the freedom to take trouble for his own good, to make the trouble an element in his joy. It can be made so only when we realize that our individual self is not the highest meaning of our being, that in us we have the world man who is immortal, who is not afraid of death or sufferings, and who looks upon pain as only the other side of joy. He who has realized this knows that it is pain which is our true wealth as imperfect beings, and has made us great and worthy to take our seat with the perfect. He knows that we are not beggars; that it is the hard coin which must be paid for every thing valuable in this life, for our power, our love; that in pain is symbolized the infinite pos-

sibility of perfection, the eternal unfolding of joy, and the man who looses all pleasure in accepting pain sinks down and down to the lowest depth of penury and degradation. It is only when we invoke the aid of pain from self-gratification that she becomes evil and takes her vengeance for the insult done to her by turning us into misery For she is the vestal virgin consecrated to the service of the immortal perfection, and when she takes her true place before the alter of the infinite she casts off her dark veil and bears her face to the beholder as a revealation of Supreme joy."

Sadhana—The Problem of Evil p 64–65

દુખ માનવ અપૂર્ણતાનો કીર્તિકળશ છે; ગૌરવ છે. દુખ એ જ એનુ ધન છે; દુખ એ જ એની મૂડી છે દુખની યાતનાઓમાથી પસાર થઈને મનુષ્ય સત્યની ઝાખા કરે છે એથી જ એ મનુષ્ય છે મનુષ્યની શક્તિઓ તો મર્યાદિત છ, પરતુ એથી ઈશ્વરે એને ભીખારી-દરિદ્ર નથી બનાવ્યો ઈશ્વર પાસે ભીખ માગવાથી જે વસ્તુઓ એ ઇચ્છે છે તે એને મળતી નથી, પરતુ તે ઇપ્સિત વસ્તુઓ એને દુખ થકી જ મેળવવાની છે. આપણે ઈશ્વરને કઈક આપવા ઇચ્છીએ તો શુ આપી શકીએ એમ છીએ? જે વસ્તુઓ એની જ છે એ એને અર્પવામા કઈ જ આનદ નથી. પરતુ જે ચીજ આપણી પોતાની જ છે, તે જ ચીજ–દુઃખ–આપણે એને અર્પવાનુ છે આ દુખમા તે કાહા સુધી કલ્યાણ ભરીને–આનદ ભરીને–તે આપણને પાછુ સોપશે આ દુઃખના પાત્ર ન હોય તો

ભગવાનનો આનંદ ભગવાન શેમાં ઠાલવે? આપણી પાસે આપણું પોતાનું આ પાત્ર ન હોત તો આનંદરૂપ અમૃતને ભગવાન શેમાં રેડત?

દુઃખોમાંથી બચવાથી મનુષ્યોને સાચી સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત થતી નથી, એનો સ્વીકાર કરવાથી જ સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત થાય છે. દુઃખનું આનંદમાં પરિવર્તન કરવું એમાં જ માનવતા છે. પરંતુ આ ત્યારે જ બને ન્યારે મનુષ્ય પોતામાં રહેલા વિશ્વાત્માનો—જે અમર છે—જેને દુઃખ કે અન્ય યાતનાઓ પીડી શકતી નથી, જે દુઃખને આનંદ તુલ્ય જ લેખે છે, જેને સુખદુઃખ બન્ને સરખાં જ છે—સાક્ષાત્કાર કરી શકે ત્યારે જ. આ આત્મ-સાક્ષાત્કાર કરેલો જ જીવનમાં દુઃખનું સાચું સ્થાન શું છે તે સમજી શકે છે. અપૂર્ણ માનવીઓનું દુઃખ એ જ પરમ ધન છે અને આ ધનને લીધે જ પૂર્ણ પરમાત્મા સાથે અપૂર્ણ એવો માણસ—નજીકમાં સ્થાન લઇ શકે છે. જીવનમાં જે કંઈ અમૂલ્ય અને શાશ્વત છે તે મેળવવા માટે આપણે ભારેમાં ભારે કિંમત આપવી પડે છે. ધૃતિ, વીર્ય, પ્રેમ આદિ ઉદાત્ત ભાવોની પ્રાપ્તિ માટે મોંઘું મૂલ્ય આપવું પડે છે. પૂર્ણતાની અનંત શક્યતાઓ દુઃખમાં જ કેન્દ્રિત થયેલી છે. શાશ્વત આનંદનું પ્રકટીકરણ દુઃખમાં જ કેન્દ્રિત થયેલું છે. જે પામર મનુષ્ય દુઃખનો સ્વીકાર કરતાં સર્વ સુખો પોતે ગુમાવી રહ્યો છે એમ માને છે, તે પતનની અને અધમતાની પરાકાષ્ઠાના ખાડામાં જ પડે છે. હાં, આ દુઃખનું, જે આપણે આપણા સ્વ—સંતોષ માટે આહ્વાહન કરીએ, તો દુઃખ પોતાનું અપમાન થયેલું માને છે અને એનો બદલો વેર સાથે લે છે—અમર પૂર્ણતાની સેવામાં દુઃખરૂપી આ પરમ સાધ્વી કુમારીએ પોતાનું જીવન સમર્પિત કરેલું છે અને ન્યારે અનંતતાની વેદી પાસે એ પોતાનું સાચું સ્થાન પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તે પોતાના મુખ પરની તિરસ્કરિણી (ઘુંગ્ગો) દૂર કરી એ એના નિરીક્ષક સામે સર્વોચ્ચ આનંદનો આવિર્ભાવ કરે છે. (ટાગોરની 'સાધના' માંથી.)

અને વિશ્વસૌંદર્યનું અનિમેષ નેત્રે પાન કરનાર વર્ડ્ઝવર્થે આથી જ ગાયું છે કે:—

Mighty prophet! Seer blest!
On whom those truths do rest,
Which we are toiling all our time to find,
In darkness lost, the darkness of the grave;
Thou, over whom Immortality
Broods like the day.

આ લેખને મથાળે જે સ્મરણ–મૌક્તિકો સમી સુમધુર ઉક્તિઓ ટાંકી છે એ પણ આ દુ:ખનું જ ગૌરવ દર્શાવે છે. દુ:ખથી જ માનવજીવન ઊર્ધ્વગામી બને છે. હૃદયના સૂક્ષ્મતમ ભાવોને ઝણુ-ઝણાવી તેમાંથી સુમધુર સંગીત ઉત્પન્ન કરવાની શકિત આ કલ્યાણકર દુ:ખમાં જ છે. સ્વ. નરસિંહરાવની હૃદયતંત્રીઓ પોતાના પ્રિય પુત્રના વિયોગે કાવ્યરૂપે મૂર્તિમન્ત થઈ છે. એ 'સ્મરણ સંહિતા' આ દુ:ખના દર્શનથી સત્યપ્રકાશ લાધનાર કવિની વાચા બોલે છે કે:—

ઓ મૃત્યુ! ઓ દુ:ખ! ભલે જ મ્હાલો!
આ વિશ્વમાં પૂર્ણ પ્રતાપ ધારો!
તમે બધાં બન્ધુ ગણી વધાવું
દંષ્ટ્રા કરાલ નિરખી નહિ ખિન્ન થાઉં.
વિશ્વમાં વ્યાપક મહા
દુ:ખથી જો બુદ્ધને;
તીવ્ર સંવેદન થયું
ત્યમ મુજ ઉરે શું નવ બને?

સ્વામી વિવેકાનંદે પોતાની તેજસ્વી લેખિની દ્વારા આ જ વાત અનેક સ્થળે રજૂ કરી છે:—

Good and evil have an equal share in moulding character, and in some instance misery is a greater teacher than happiness.*

ચરિત્રઘડતરમાં સુખ અને દુઃખ બન્નેનો સરખો જ ભાગ છે; કેટલાક દાખલાઓમાં તો સુખ કરતાં દુઃખ જ મહાન શિક્ષક નીવડે છે.

"There is purpose in pain, otherwise it were devilish." Meredith

દુઃખ પાછળ કંઈ હેતુ ન હોત તો એ ક્રૂર રાક્ષસ જ બનત. (મેરેડીથ) આ વાત તદ્દન ખરી છે. વિશ્વનિયંતાની યોજનામાં કશું જ અસ્થાને નથી હોતું પરંતુ જે દુઃખ આપણા ભલા માટે છે તેનાથી આપણે ભડકી ઊઠીએ છીએ એટલે એનો શુભ હેતુ જ નષ્ટ થઈ જાય છે.

સ્વ. ગોવર્ધનરામભાઈના 'સરસ્વતીચંદ્ર'ના ચોથા ભાગમાં નીચેનાં વાકય જુઓઃ—"ઈશ્વરે દુઃખ અને સુખની સૃષ્ટિ મનુષ્યોનાં સૂક્ષ્મ જીવનને સિદ્ધ કરવાને માટે જ રચી છે. દુઃખ અને શોક જાતે આમ પરિપાક પામીને પછી નષ્ટ થાય તે કલ્યાણકારક છે." અને સર એચ. ટેઈલરની નીચેની પંક્તિઓ આ વિષયની એઓશ્રીએ ટાંકેલી છે:

"He that lacks time to mourn lacks time to mend

"Eternity mourns that. 'Tis an ill cure

"For life's worst ills to have no time to feel them.

* સ્વામી વિવેકાનંદ. વો. ૧. પૃ. ૨૬.

"Where sorrow's held intrusive and turned out

"There wisdom will not enter, nor true power

"*Nor aught that dignifies humanity* "

દુ ખના પ્રમ ગ ઉપર જેને વિચાર કરવાનો વખત નથી તેને કદી સુધરવાનો અવકાશ જ નથી જ્યા દુ ખના વિચાર માત્રથી જ ભડક અને ભય ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યા શાણપણ, સત્તા કે માનવતાને વિભૂષિત કરવા અન્ય ઉદાત્ત ભાવોનો પ્રવેશ જ અશકય બને છે

Ribot નો અભિપ્રાય અત્યત સૂચક છે · 'Sensibility. to pain is proportional to a nation's level of civilization " રાષ્ટ્રની જનસ સ્કૃતિ મહાન હશે, તો તેની દુ ખ-સ વેદનાઓ પણ સૂક્ષ્મ અને પ્રગાઢ હશે સ સ્કૃતિની પાયરી જેટલી નીચી હશે તેટલુ તેનુ દુ ખસ વેદન પણ ઊતરતી કોટીનુ જ હશે આનો એક વિદ્વાન અર્થ કરે છે કે, "We pay for our culture by our capacity to suffer "—દુ ખ સહન કરવાની રાષ્ટ્રની શકિત ઉપર જ તે રાષ્ટ્રની સ સ્કારિતા નિર્ભર છે હિ દની પ્રાચીન ભવ્ય પુનિત સ સ્કૃતિમા ડોકિયુ કરતા આ સત્યની પ્રતીતિ આપણને થયા વિના નથી રહેતી સત્યભામાને ઉપદેશ આપતી વખતે ઉચ્ચારેના દ્રૌપદીના વચનો આપણને આ જ બોધ આપે છે

"सुखं सुखेनैव न जातु लभ्यं दुःखेन साध्वी लभते सुखानि ॥'

સુખથી કદી સુખ મળતુ નથી સાધ્વીને સુખ પ્રાપ્ત થવા સારુ દુ ખ જ સોસવુ પડે છે (મ ભા વનપર્વ)

આપણા શાસ્ત્રોમા જેણે ચ ચુપાત કર્યો હશે તે તુરત જ કબૂલ કરશે કે યમ, નિયમ, દમ, તપ, તિતિક્ષા, ચિત્તવૃત્તિનિરોધ—આ

બધાં સાધનોથી હિંદુ ધર્મ મહાન અને ગંભીર બન્યો છે. દુઃખની ભઠ્ઠીમાં તવાયા વિના સુખ શું છે તે કોઇ જાણી શકતું જ નથી. દુઃખની સંવેદના સમજવા માટે જેમ કોમળ ભાવોની જરૂર છે તેમ સુખનું સંવેદન સમજવા માટે પણ જીવનમાં તપ અને વિશુદ્ધિની જરૂર છે.

દરેક પ્રજાની દુઃખ સહન કરવાની શકિતનું પ્રમાણ, તેની સંસ્કારિતાના પ્રમાણમાં, ઓછુંવત્તું જ હોય છે. અંગ્રેજીમાં આને 'Pain threshold' (પેઇન થ્રેશોલ્ડ) કહે છે. ગુનેગારોને દુઃખની લાગણી અત્યલ્પ હોય છે, અશિક્ષિત અને અસભ્ય જાતિ કરતાં શિક્ષિત અને સભ્ય (સાચા અર્થમાં) જાતિમાં દુઃખની તીવ્ર સંવેદના જોવામાં આવે છે. આધુનિક ચિકિત્સકો કહે છે કે, cerebral hemispheres જેટલે અંશે Thalamus ઉપર પોતાનો કાબૂ રાખી શકે છે, તેટલે અંશે દુઃખનો સ્વલ્પ વા અતિ આભાસ આપણને થાય છે. આધુનિકો દુઃખની સંવેદના નીચે મુજબ સમજાવે છેઃ

મનુષ્યશરીર ઉપર મજ્જાતંતુઓ (nerves)ના સૂક્ષ્મ અગ્ર ભાગો (nerve endings) આવેલા છે. સ્પર્શ અને ઉત્તાપ અનુભવનાર અગ્ર ભાગો પણ જુદી તરેહના છે; જ્યારે દુઃખસંવેદના અનુભવનાર અગ્ર ભાગો પણ જુદી જાતના છે. આ મજ્જાગ્ર ભાગો દુઃખના આવેગો (impulses)ને મગજને તળિયે જે ×Thalamus છે ત્યાં પહોંચાડે છે. અહીં આગળ આ લાગણીઓને રોકી રાખવામાં આવે, અને પછી Cerebral cortex+ ના સંવેદનાગ્રાહી (સેન્સરી) પ્રદેશ સાથે એસોસિયેશન ફાઇબર્સ (assocition fibres)નો જ્યાં સંગમ થાય છે એને પહોંચાડવામાં આવે છે. અહીં જ દુઃખની

× શય્યાતલ્પ.

+ બૃહન્મસ્તિષ્ક કવચ.

લાગણી તીવ્ર રૂપે અનુભવાય છે. દુઃખ જો ઓછું હોય તો cerebral cortex ફક્ત એની નોંધ લઈને જ વિરમે છે. અર્થાત્ એ એસોસિયેશન ફાઇબર્સને સંદેશા નથી મોકલતું.

દુઃખનો ગમે તેવો આવેગ હોય તો પણ તેના તરફ સંપૂર્ણ દુર્લક્ષ્ય કરવાથી તે આપોઆપ શમી જાય છે. બીજા વિચારોમાં ચિત્ત પરોવવાથી દુઃખ ભૂલી જવાય છે. મહાભારતકારે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે "भैषज्यमेतत् दुःखस्य यदेतत् नातिचिंतयेत् ॥" દુઃખનું ઔષધ એ જ છે કે તેનું અતિ ચિંતવન ન કરવું.

પારકલને એક વખત facial neuralgia (આંખની ભવાં ઉપરના ભાગમાં અસહ્ય વેદના થાય છે એ રોગ) થયો હતો. અસહ્ય દુઃખને લઇને તે જરા પણ ઊંઘી ન શકયો. તે ઊઠયો અને ભૂમિતિના જાણકારો જેને અતિ કઠિન ગણે છે એ cycloid ગણવાને બેઠો અને તે બરાબર બેસાડયું પણ ખરું. પરંતુ પારકલ જેવી દુઃખ સહન કરવાની શકિત બહુ ઓછામાં હોય છે. ચરકે આ વાત સુંદર રીતે રજૂ કરેલી છેઃ—

"द्वौ पुरुषौ व्याधितरूपौ भवतः । तद्यथा—गुरुव्याधित: एकः सत्त्वबलशरीरसंपदुपेतत्वात् लघुव्याधित इव दृश्यते । लघुव्याधितोऽपरः सत्त्वादीनामधमत्वात् गुरुव्याधित इव दृश्यते ॥" (ચરક વિમાન સ્થાન. અ. ૭) બે જાતનાં રોગીઓ જોવામાં આવે છે. એક રોગ ભારે હોવા છતાં, સત્ત્વબલ અને શરીરસંપત્ સંપન્ન હોવાને લઈને હળવો રોગ જાણે હોય એવો એ રોગી જણાય છે. જ્યારે જેનું સત્ત્વબલ અને શરીરસંપત્ —બન્ને અધમ પ્રકારનું હોય છે તો રોગ નહિ જેવો હોય છતાંય જાણે કે ખૂબ જ ભયંકર ન હોય એવો વર્તાવ કરે છે. આ **સત્ત્વબલ અને કાયસંપત્તિ** વિષે થોડુંક જાણવું જરૂરી છે. કારણ કે દુઃખની મીમાંસામાં એ ઉપયોગી છે.

"સત્ત્વ એટલે મન આત્મસંયોગ થકી મન શરીરનુ ધારક અને પ્રેરક બનેલુ છે. મન બનભેદને લઇને ત્રણ પ્રકારનુ છે (૧) પ્રવર, (૨) મધ્યમ અને (૩) અધમ આથી મનુષ્યો પણ પ્રવર, મધ્યમ, અવર સત્ત્વવાળા હોય છે આમા પ્રવર સત્ત્વવાળાનુ વર્ણન 'સત્ત્વસાર *'મા કરવામા આવેલુ છે આવા પ્રવર સત્ત્વસપન્ન મનુષ્યો સ્વલ્પ શરીરવાળા હોવા છતાય નિજઆગન્તુ નિમિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલી મહાન પીડાઓમા પણ સત્ત્વગુણની વિશેષતાને લઈને અવ્યય અથવા અવ્યગ્ર જણાય છે. **सत्त्ववान् सहते सर्वं संस्तभ्यात्मानमात्मना ।।** મધ્યમ સત્ત્વવાળા બીજા માણસો જે દુખ સહન કરી શકે છે તેને જોઇને 'હુ પણ એમની માફક દુખનો સામનો કરીશ અને દુઃખની પરવા નહિ કરુ' એવા નિશ્ચયથી હિમ્મતવાન બને છે અથવા તો પારકાઓના ઉત્સાહથી ઉત્સાહિત બને છે હીન સત્ત્વવાળા લોકો મહા શરીરવાળા હોવા છતાય સ્વલ્પ જેવી વેદના પણ સહી શકતા નથી; તેમ જ જરા જેટલા ભય, શોક, લોભ, મોહ અને માનના આવેગોને જોઈ તેઓ ભયભીત અને નાસીપાસી અનુભવે છે આવા હીન સત્ત્વવાળાઓ રૌદ્ર, ભૈરવ, દ્વિષ્ટ, બીભત્સ, વિકૃત કથાઓ સાભળીને તેમ જ પશુ કે પુરષના માસ શોણિતો જોઈને વિષાદ, વૈવર્ણ્ય, મૂર્છા, ઉન્માદ, ભ્રમ, પ્રપતનમાથી ગમે તેને પ્રાપ્ત થાય છે અને વખતે મરી પણ જાય છે" (ચરકસહિતા. વિમાન. ૮/૧૧૯)

* સત્ત્વસારવાળા મનુષ્યો કેવા હોય છે તે વિષે પુનર્વસુ પરિચય આપે છે —

"સત્ત્વસાર ('સાર' શબ્દનો અર્થ 'વિશુદ્ધતર ધાતુ' એવો થાય છે) વાળા મનુષ્યો સ્મૃતિમાન, ભક્તિમાન, કૃતજ્ઞ, પ્રાજ્ઞ, શુચિ, મહોત્સાહી, દક્ષ, ધીર, સમરવિક્રાન્ત યોધી, ત્યક્ત વિષાદવાળા, સુવ્યવસ્થિત ગતિવાળા, ગમ્ભીર બુદ્ધિવાળા, કલ્યાણાભિનિવેશી,-હોય છે" (ચરક શા ૮/૧૧૦)

આયુર્વેદમા ત્વક્સાર, રક્તસાર, માસસાર, મેદોસાર, અસ્થિસાર, મજ્જાસાર, શુક્રસાર, સત્ત્વસાર-આવા આઠ સારવાળા મનુષ્યોનો ઉલ્લેખ અને વર્ણન છે

કેટલાક સુકલકડી શરીરવાળા (અલ્પ શરીરવાળા અને અતિકૃશ) બલવાન હોય છે, જ્યારે કેટલાક તગડા હોવા છતાંય–દેખાવા છતાંય અત્યંત દુર્બલ હોય છે–આનું કારણ આ સારની ખામી હોય છે. સાર અને સત્ત્વ બન્ને રીતે જે ઉત્તમ હોય તે જ પુરુષ, પૌરુષનો આદર્શ મનાય છે "शरीरं ह्यपि तप्वनुविधीयते" (ચરક. શા ૪)

કાયસમ્પત્તિ—આ શબ્દ સાંભળતાં મને 'પાતંજલ યોગસૂત્ર' માંની આ શબ્દની વ્યાખ્યા યાદ આવે છે "रूपलावण्यबलवज्र-संहननत्वानि कायसम्पत्" (વિભૂતિપાદ ૪૬). શરીરનું બાહ્ય રૂપ, લાવણ્ય (સર્વાંગ સૌંદર્ય, મોતીની શુભ્રતા એ મોતીનું રૂપ છે, જ્યારે મોતીનું પાણી એ લાવણ્ય છે. આ જ પ્રમાણે આંતર-જીવનનું પ્રતિબિંબ લાવણ્યમાં પડે છે), બલ (વીર્ય-ઉત્સાહ) અને વજ્રસંહનનત્વ–આ ચાર જ્યાં હોય ત્યાં જ કાયસંપત્તિ ગણી શકાય. રઘુવંશમાં દિલીપ રાજાનું વર્ણન કાલિદાસે આપ્યું છે એ જોવાથી કાયસંપત્તિનો ખ્યાલ વખતે આવી શકશે.

ટૂંકમાં, સત્વ× (મન) અને કાયસંપત્તિ (શરીરનું ગઠન,

× હિંદુ ફિલસૂફીમાં અને ચરકસંહિતામાં પણ આત્મા અને શરીરાન્ત સંબંધનું ઉત્પાદક એવા 'औपपादुक' તરવ ઉપર વિચાર થયેલો છે (આ માટે જુઓ "History of Indian Philosophy" by Dasgupta p 91) આતિવાહિક શરીર (લિંગ શરીર) સાથે ઔપપાદિકનો સંબંધ થતાં જ શક્તિ, શરીર, બલ મન વગેરે બંધાય છે પૂર્વ જન્મમાં જેવું મન હશે તેવું જ મન જન્માન્તરમાં પણ પ્રાય પ્રાપ્ત થાય છે આ મન પોતાની સાથે યુગયુગના પોતાના અનુભવો–સંસ્કારો વહન કરી આવેલું હોય છે, શુદ્ધ માતાપિતા, સંજોગો દેહગઠન વગેરે પ્રાક્તન કર્માનુસાર પ્રાપ્ત થાય છે સાત્વિક, રાજસિક, તામસિક–મનના આવા ત્રણ ભેદો આ પ્રમાણે જ પડે છે, ભક્તિ, શીલ, શૌચ, દ્વેષ, સ્મૃતિ, મોહ, સ્રાગ, માત્સર્ય, શૌર્ય, ભય, ક્રોધ, તંદ્રા, ઉત્સાહ, તૈક્ષ્ણ્ય, માર્દવ, ગાંભીર્ય, અનવસ્થિતત્વ—આ બધા સત્વવિકારો છે. (ચરકસંહિતા–શારીર સ્થાન અ ૩।૧૩)

માતાપિતાનો વારસો, ઊંચાઈ, વજન, કદ, આહારશક્તિ, ઇત્યાદિનો સમાવેશ આમાં આવી જાય છે)–આ બે ઉપર દુઃખ ભોગવવાની શક્તિનો આધાર છે.

'મીસ્ટરી ઑફ પેઈન' નામના પુસ્તકનો લેખક હિન્ટન એક ઉત્તમ શસ્ત્રક્રિયાનિષ્ણાત અને અત્યંત ધાર્મિક માણસ હતો. તે કહે છે કે દુઃખને કંઈ 'Spiritual significance' છે, જે ધાર્મિક વિકાસને મદદકર્તા બને છે. ઘણાંયે સુખ પાછળ દુઃખનો ઇતિહાસ જોવામાં આવેલ છે. પ્રસવ વખતે અને સગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીને જે કષ્ટ થાય છે તે કષ્ટને પણ સ્ત્રીજીવનમાં અગત્યનું સ્થાન છે એમ આ વિદ્વાન કહે છે. સગર્ભાવસ્થા અને સુવાવડનું કષ્ટ માતા હોંશથી વેઠે છે તે જ સૂચવે છે કે ભાવિ બાળકના પ્રેમતંતુ સાથે માતાના આ દુઃખતંતુને નિકટનો સંબંધ છે. આ પ્રસવકાલીન દુઃખ કુદરતે ન મૂક્યું હોત તો બાળક માટેના માતાના પ્રબલ પ્રેમનું દર્શન આપણને ન જ થાત એમ આ મહાનુભાવ લેખક જણાવે છે. હિંટનના આ વિચારનું ઇ. એન. મેરિઅસ 'ધી સોલ ઑફ ધી વ્હાઇટ આન્ટ' નામના પુસ્તકમાં સમર્થન કરે છે. આ લેખકે હિંટનના વિચારોને પ્રયોગની કસોટીએ ચઢાવ્યા. એણે દક્ષિણ આફ્રિકાની છ કાફીર જાતની બતકો લીધી. પ્રસવકાલ વખતે આ છયેને વેદનાહર ઔષધ (એનેસ્થેશિયા) આપ્યું. બતકોને સુખેથી પ્રસવ થયો; પરંતુ પરિણામ એ આવ્યું કે આ છમાંથી કોઈ બતકે પોતાના બચ્ચાને ધવડાવ્યું જ નહિ. પરંતુ એનેસ્થેશિયાથી જ આમ બન્યું છે એમ માનવા ના પાડે એટલા માટે મેરિઅસે બીજી છ. બતકોને પ્રસવ પછી તુરત જ (પોતાના બાળકોને જુએ તે પહેલાં જ) ક્લોરોફૉર્મ આપીને બેભાન કરી નાખી. પરન્તુ આ છયે બતકો ભાનમાં આવતાં વેંત જ પોતાનાં બચ્ચાંને ધવરાવવા લાગી. આ પ્રયોગોથી મેરિઅસ માને છે કે પ્રસવકાલીન દુઃખ અને ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના દુઃખ વિના માતાનો બાળક તરફનો પ્રેમ વૃદ્ધિંગત થતો જ

નથી પશુઓ ઉપરના આ પ્રયોગો મનુષ્યજીવનને કેટલે અંશે લાગુ પડી શકે એ સંશયભરી વાત છે, છતાય આજના શાસ્ત્રીય કહેવાતા અનેક અખતરાઓ પશુઓ ઉપર જ અજમાવી જોઈને આપણા ઉપર લાદવામા કયા નથી આવતા? પ્રસવકાલીન વેદનાથી જ માતાનો પ્રેમ વધુ ગાઢ બને છે એ વાત કહેવાનુ માન આ વિદ્વાનને શિરે જાય છે એ નિ:સંશય છે

અહીંઆ વિજ્ઞાન જેને માટે ગર્વ લે છે એ 'ટ્વાઇલાઇટ સ્લીપ' નો ઉલ્લેખ આવશ્યક છે. સ્ત્રીને પ્રસવ વખતે જરા કષ્ટ ન પડે એટલા ખાતર સ્કોપોલમીન વા મોર્ફિયાના ઇન્જેકશન આપીને આસન્ન પ્રસવાને ઘેનમા નાખવામા આવે છે અને પ્રસવ થઈ જાય છે તેની બાઈને જાણ પણ પડતી નથી પરંતુ આ ઈન્જેકશનોની ખરાબ અસર ગર્ભસ્થ શિશુ ઉપર થતી હતી ૨૫ વર્ષ પહેલા બે જર્મન પ્રસૂતિશાસ્ત્ર નિષ્ણાતોએ આ "સન્ધ્યા-સ્વપ્ન" ટ્વાઇલાઈટ સ્લીપ —ની કલ્પનાથી જગતને મુગ્ધ કરી નાખ્યુ હતું પરંતુ વખત જતા આના દુષ્પરિણામો જણાવા લાગ્યા હતા. બાળકો નીલ–Blue અવતરતા કારણ કે પ્રસવ દરમિયાન પ્રાણવાયુ ગર્ભને મળવો જોઇએ તેનો આ ક્રિયામા અટકાવ થતો. આથી આ કલાકૌશલ્યનો બહુ લાભ ન જ લેવાયો

પરંતુ હવે આ દુષ્પરિણામો ન થાય એવું "Caudal analgesia" કરોડરજ્જૂના છેક અંતભાગ આગળથી જે નાડીઓ (નર્વ્ઝ) ગર્ભાશયમા જાય છે, તેમા દવાનિક્ષેપ કરીને પ્રસવદુઃખ ભુલાવવાનો સફળ પ્રયત્ન થયો છે. આ દવા કરોડરજ્જૂના અન્તર્ગત પ્રવાહીમા કે લોહીમા ન જતા કેવળ કરોડરજ્જૂમાથી ગર્ભાશયમા જતી નાડીઓમા જ અત્યન્ત કુશળતાપૂર્વક નાખવામાં આવે છે અને આથી પ્રસૂતાને કંઇ જ દરદ જણાતું નથી. વિજ્ઞાન પોતાની જીત માટે ગર્વ લઇ રહ્યું છે. 'પ્રસૂતાની પીડા' આમ વિજ્ઞાને દૂર કરવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

વિજ્ઞાન દુઃખનિવારણ કરવા મથે છે પરંતુ એનું પરિણામ અંતરશરીરમાં શું થાય છે તે જોવાનાં ચક્ષુઓ વિજ્ઞાન પાસે છે ખરાં ? નથી જ. દુઃખનું પ્રયોજન જ્યાં સુધી અંતર્દૃષ્ટિથી સમજવામા ન આવે ત્યાં સુધી આવા પ્રયત્નોની સારીમાઠી અસરો માપવાનું એકમ આપણને પ્રાપ્ત નથી જ થવાનું. વિજ્ઞાન જ્યારે તત્ત્વજ્ઞાનના વિશાળ પ્રદેશમાં ઈંદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રની મર્યાદાઓ તોડીને તેથીયે ગહન અને મહાન વિશ્વમાં પ્રવેશ નહિ કરે ત્યાં સુધી વિજ્ઞાન કદાચ વધુ ગર્વિષ્ટ બનતું ચાલ્યું જશે; અને સાથેસાથે અદીઠ ભયંકર દુષ્પરિણામો અંતરશરીર ઉપર મૂકતું ચાલ્યું જ જશે, એ જોવાની દૃષ્ટિ કોઈ વિરલા લોકોત્તર પુરુષમાં જ હોઈ શકે.

દુઃખ દબાવનારી થોકબંધ દવાઓ આપણા દેશમાં આવી રહી છે અને આપણા ડોકટરો,–જસ્ટીસ વુડ્રૂફે એમને ઈંગ્લંડના મનસિજ પુત્રો–"Mind-born sons of England"–કહ્યા છે તે–આંખો મીંચી 'વિવેકહત' દરદીઓને આપીને સાયન્સનો અને પોતાનો વિજય ઉદ્‌ઘોષિત કરી રહ્યા છે ! વૈદ્યો પાસે આવી દુઃખ-નિવારક દવાઓ નથી એટલે આ લોકો એમનો ઉપહાસ પણ કરતાં અચકાતા નથી. શરીરનું દુઃખ નીકળીને મનમાં ભરાય છે એ સૂક્ષ્મ ખીનાનો પ્રત્યય કોણ કરાવી શકે એમ છે ? સ્વામી વિવેકાનંદ જેવા સંતે એકાદ સ્થળે, આ વિષે ઇશારો કર્યો છે, પણ એ સાયન્સના માણસ ન હતા એટલે એમનું 'અનસાયન્ટિફિક મન્તવ્ય' આ સાયન્સના જમાનામાં મૂર્ખ સિવાય પંડિતમન્યો શેના માને ? જુઓઃ—

"We take away pain from the physical plane and it goes to the mental plane." (સ્વામી વિવેકાનંદ વૉ. ૧ પૃ. ૧૧૦)

દુઃખનું પ્રયોજન વિશ્વની યોજનામાં છે. મનુષ્ય અપૂર્ણતાઓના નિવારણ માટે, સાધકના પરિપાક માટે, જીવનના ઊર્ધ્વ વિકાસ માટે,

આની અનિવાર્ય જરૂર છે. એ જ્યા સુધી નહિ સમજાય ત્યા સુધી વિવેકાનદના આ વાક્યનો અર્થ નહિ જ સમજી શકાય જીવન એક યુદ્ધભૂમિ છે શરીરની અદર એક જાતનુ અને શરીરની બહાર બીજી જાતનુ યુદ્ધ ચાલી રહ્યુ છે આ આતરબાહ્ય યુદ્ધ એ જ જીવન. આ સઘર્ષના પરિણામરૂપે જ કેટલીક વખત, રોગો પ્રાદુર્ભાવ પામે છે એવે વખતે એ દુ:ખનો ઉપયોગ શરીર પોતાના કોષો બદલવામા કરે છે આ પરિવર્તન દરમિયાન દવાઓની દખલગીરી કુદરતના કાર્યમા વિક્ષેપ નાખે છે, શુભ પ્રયોજનને ધૂળ ભેગુ કરે છે.

પરમયોગી શ્રી અરવિદે એમના ' Yoga & its objects ' નામના પુસ્તકમા એ વાત કહી છે. " Impurities in the body show themselves chiefly as disease, as pain, as the discomfort of heat and cold, as the necessity of the excretive processes (પૃ. ૪૬)

શારીરિક અશુદ્ધિઓ રોગ તરીકે પ્રાદુર્ભાવ પામે છે. શરીરમા આવી અશુદ્ધિઓના નિકાલ માટે દુઃખ, ધાતુવૈષમ્ય–આવશ્યક હોય છે. દેહની શુદ્ધિ માટે, ઘણી વખત, રોગો અથવા દુઃખ આવશ્યક હોય છે. પોતાનુ કામ પતી જાય છે કે તેઓ તુરત જ ચાલ્યા જાય છે. સાધકોને ઉદ્દેશીને (અને જીવન એ એક યોગ હોઈ મનુષ્ય માત્ર સાધકો નથી શુ ?) આ મહર્ષિ લખે છે :

" Profound alterations are necessary in your brain cells, your nervous system, your digestive and secretive processes, and they cannot be effected without some physical disturbance, but it will never be more than is necessary for the process."

મગજમા, મજ્જાતંતુઓમા, પાચક અને સ્રાવક પ્રક્રિયાઓમા—મુખ્ય ફેરફારની જરૂર જ્યારે જણાય છે ત્યારે તે માટે શરીરનો વિશ્રામ આવશ્યક હોય છે. એ જરૂર કરતા એક દિવસ પણ વધુ નથી જ રહેવાનો એટલી ખાત્રી રાખજો

હૃદયના ભાવોને પૂરેપૂરા દર્શાવવા વાણી શક્તિશાળી સાધન નથી મારા હૃદયના અંતરતમ ભાવોને નિખિલપણે કરવાની મારામા શક્તિ નથી આજે જે દવાઓનો મારો ચોમેર ચાલી રહ્યો છે, તે જોઈ મને પારાવાર દુ ખ થાય છે જરા માથુ દૂખે છે કે તુરત જ 'એસ્પ્રો'' 'કેફીસ્પીરીન'' 'વીરામીન' લેવામા આવે છે! માનવ શરીરની પવિત્રતા સમજ્યા સિવાય સ્ટ્રોંગ–જલદ દવાઓ શરીરમા રેડવામા આવે છે! વિજ્ઞાનની આ દેખાતી પ્રગતિમા જ માનવતાનુ નિકંદન છુપાયેલુ મને જણાય છે દવાઓ લેવી હોય તો એકદમ વિશુદ્ધ–તદ્દન મૃદુ લેવી જોઈએ મદ્યાર્કો અને આલ્કાલોઈડ્ઝ ન લેવાય તો સારુ જડ વિજ્ઞાનને આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિ જ નથી અને પૃથગ્જનો 'પરપ્રત્યયનેય' છે! આપણા બ ક હાકોરે યોગ્ય જ કહ્યુ છે, 'વિવેકહત દરદીના અધમ ઊંટવૈદ્યો જ એ' જેવુ સ્થૂલ શરીર છે તેવુ અંદર બીજુ સૂક્ષ્મ શરીર છે X-Ray એ જોઈ શકવાનુ છે? યોગીઓના ચક્રો એમા જોઈ શકાવાના છે? અંગુષ્ટ જેવો પુરુષ હૃદયગુહામા વસેલો છે તે જોઈ શકાવાનો છે? પ્રત્યક્ષ–નરી આંખે જણાય તે જ સાચુ–નો હડકવા દૂર નહિ થાય ત્યા સુધી માનવ-સમાજને માટે મુક્તિનો કિનારો નથી

સર્જરીએ અદ્ભુત–અવર્ણનીય ઉત્કર્ષ સાધ્યો છે નાડીતંત્ર (નર્વસ સિસ્ટમ) નો ખૂબ જ સૂક્ષ્મ અભ્યાસ ચાલી રહ્યો છે સેન્સનો સંબંધ કાર્ય પ્રતિક્રિયાનો અભ્યાસ થઈ રહ્યો છે આ બધાનો માનવતાના ઊર્ધ્વીકરણમા ઉપયોગ થાય તો કેવુ સારુ? પરંતુ આજે તો આ જ્ઞાનનો ઉપયોગ સર્જનોએ નસો કાપવામા

અને સાંધવામાં જ પરિસમાપ્ત કર્યો છે. હમણાં જ ૧૯૪૨નો 'રીડર્સ ડાઇજેસ્ટ' માં "Marvels of pain-conquering nerve-sugery" ઉપરનો લેખ મારા જોવામાં આવ્યો. સર્જનોના હસ્તલાઘવ માટે અને શરીરના સૂક્ષ્મ-ગંભીર અભ્યાસ માટે આફ્રીનના ઉદ્‌ગારો નીકળી પડે છે.

દુઃખની સંવેદનાઓ કરોડરજ્જૂમાં થઈને મગજમાં જાય છે. મગજમાં જે સ્થાનમાં દુઃખ થતું હોય છે, તે સ્થાનમાં કરોડરજ્જૂ તરફ જનારી અને કરોડરજ્જૂમાં જે ઠેકાણે એ પ્રવેશ કરે છે, તે ભાગમાં નાડીઓ ઉપર થોડો છેદ મૂકવાથી મસ્તિષ્કમાં કેન્દ્રિત થયેલું દુઃખ દૂર થાય છે. સંવેદનાહી (Sensory) નાડી ઉપર જ છેદ મૂકવામાં આવે છે; Motor nerve ઉપર જરા પણ ઇજા ન પહોંચે એની પૂરતી કાળજી શસ્ત્રવૈદ્ય રાખે છે. શસ્ત્રવૈદ્યો એમ માને છે કે આ શસ્ત્રક્રિયાથી દરદીને કંઈ જ નુકસાન થતું નથી.

હેડકી-વક્ષોગુહા અને ઉદરગુહા વચ્ચે આવેલો પટલ (ડાયાફ્રામ) ફ્રેનિક નર્વ સાથે આનો સંબંધ હોવાથી આ પડદો શ્વાસોચ્છ્વાસમાં ઊંચોનીચો થયા જ કરે છે. આ જ નાડીદ્વારા માનસિક અને રસાયણિક ઉત્તેજકો અને રોગો અસાધારણ આવેગો મોકલીને આ ફ્રેનિક નાડી ઉપર તે ફરી વળે છે અને ઉદરપટલનો સખત સંકોચ (આંચકીના જેવો) કરે છે. આનું નામ હેડકી (હિક્કા). ફ્રેનિક નર્વ ગરદનની પાછળના ભાગમાં થઈને નીચે ઊતરે છે, એટલે એને પકડવી પણ સહેલી છે. શાસ્ત્રવૈદ્ય આ નાડીમાં છેદ મૂકીને હેડકીને તુરત જ બંધ કરી શકે છે. હવે આ નાડીમાં કાપ મૂકવાથી ઉદરપટલ તદ્દન નકામો-લકવા જેવો-થઈ જાય માટે કાપેલા છેડાઓને પાછા તુરત જ જોડવાની જરૂર પડે છે. શસ્ત્રવૈદ્ય કાપ અને સંધાન-બન્ને અતિશય કુશળતાથી કરે છે.

ચિંતા અને બીક માટે પણ મગજની નાડીઓ ઉપર શસ્ત્રક્રિયા

કરવામાં આવે છે એ જાણીને ઘણાને આશ્ચર્ય થશે. મગજનો અભ્યાસ ખૂબ જ વધ્યો છે. બુદ્ધિ, મેધા, વિવેકશક્તિ—આ બધી શક્તિઓ મસ્તિષ્કના આગલા ભાગમાં છે એમ મનાય છે. મસ્તિષ્કના આગલા ભાગને "Human brain" તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જ્યારે મસ્તિષ્કના પાછલા ભાગ (Hind brain) ને "Animal brain" તરીકે ઓળખાવવામાં આવે છે. આ પાછલા ભાગમાં જ ૭૫ ટકા નાડીઓનું ક્રૉસિંગ થાય છે. ઉચ્ચ ભાવો, બુદ્ધિ વગેરેનું સ્થાન આગલા ભાગમાં છે. મગજના તળિયામાં એક Thalamus (થેલેમસ) નામનો ભાગ છે; આને આપણે મસ્તિષ્કની શય્યા કહીશું.

આ થેલેમસમાં જ ચિંતા, ભય, પ્રેમ, ધિક્કાર વગેરે પ્રાથમિક ભાવનાઓનો—'Primitive emotions' નો વાસ મનાય છે. અર્થાત્ મગજના આગલા ભાગ સાથે આ થેલેમસનો હમેશનો વિરોધ ચાલુ જ છે. આ ભાગમાં કેન્દ્રિત થયેલા પ્રાથમિક અને પાશવિક ભાવો મગજના આગલા ભાગમાં જ્યાં બુદ્ધિ, શીલ વગેરે દૈવી શક્તિઓ વસેલી છે, તેની ઉપર હલ્લો કરવા તલપાપડ જ હોય છે. હવે જે નાડીઓદ્વારા મગજના આ આગલા ભાગનો થેલેમસ સાથે સંયોગ થયેલો છે, એ નાડીઓદ્વારા જ અપકર ભાવોનાં પૂર આગલા ભાગમાં ઠલવાય છે. હવે આ પ્રાથમિક આવેશોને બુદ્ધિથી જ વશ કરી શકાય. પરંતુ થેલેમસનું કાર્ય વધુ બળવાન હોય છે તો તે બુદ્ધિના કબ્જામાં નથી રહેતું. બુદ્ધિ વિરુદ્ધનો થેલેમસનો હલ્લો એનું નામ જ માનસિક રોગો.

જેને ખૂબ ચિંતા, શોક અને તેને લઈને અનિદ્રા તથા ઉન્માદ વગેરે રોગો થાય છે તેની ખોપરીમાં શારડી વડે છિદ્રો પાડીને થેલેમસને આગલા ભાગ સાથે જોડતી નાડીઓ કાપી નાખવામાં આવે છે અને એનાથી ઉન્માદ, અનિદ્રા, ચિંતા, શોક વગેરે બધું જ દૂર

થઈ જાય છે એવી ખબરો મેડિકલ માસિકો આપણને આપે છે હવે માનસ-શસ્ત્રક્રિયા (Psycho-Surgery) નો નવો ઉદ્‌ગમ થયો છે ચિંતા, શોક, માનસિક વ્યગ્રતા વગેરે રોગો હવે શસ્ત્રસાધ્ય બન્યા છે દિન પર દિન આ જાતની શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિકાસ થઈ રહ્યા છે ખોપરીમા પાડેલા છિદ્રામા લ્યુકોટોમ ' નામનુ શસ્ત્ર આની સાથે તીક્ષ્ણ બ્લેડઝ સલગ્ન હોય છે છિદ્રમા આ નાખીને તેને ફેરવવાથી તીક્ષ્ણ બ્લેડોને લઈને થેલેમસ અને આગલા ભાગને સાધનાર નાડીઓ કાપી કાઢવામા આવે છે તુરત જ રોગો-વેદનાઓ ચાલી જાય છે કાનમા તમગ બોલના, ભ્રમ (Vertigo), મૂર્છા વગેરે રોગોમા પણ શસ્ત્રક્રિયા કરવામા આવે છે Tri geminal neuralgia અત્યત પીડાકારક વ્યાધિ છે

આ રોગનુ નિદાન હજી શોધાયુ નથી દવાઓથી મટતુ નથી હવે એને માટે આખ અને કાનની વચ્ચેના પ્રદેશમા સર્જન એક નાનો છેદ મૂકે છે, અને મુખની મોટી નસને કાપી કાઢે છે તુરત જ રોગ મટી જાય છે ટૂકમા, મગજમા રહેની નાડીઓનો અત્યત કાળજીપૂર્વક અભ્યાસ થઈ રહ્યો છે અને એની પાછળ કુશળ શસ્ત્ર ચિકિત્સકો પોતાના નવા શસ્ત્રો સાથે ચાલી આ ના છે શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિજય થયો છે અને હજી કેટલો થશે તે ભગવાન જાણે !

દુ ખ અને વેદના દૂર કરનાર આ શસ્ત્રક્રિયાઓની પાછળની અસરો શી થાય છે તે જાણવાનુ સાધન હજી મારા જાણવામા નથી આવ્યુ આ વ્યાધિનિવારક શસ્ત્રક્રિયા સામે કઈ પણ બોલવાની ધૃષ્ટતા જે કરે તે મૂર્ખ જ ગણાય અપૂર્વ હસ્તકૌશલ્ય અને ઝીણામા ઝીણી નસોનો સૂક્ષ્મ પરિચય (સેન્સરીને બદલે મોટર નર્વ જો કપાઈ જાય તો વિપરીત પરિણામો આવે એટલે કઈ સવેદના વહન કરનારી-કે કેન્દ્રાભિગામી- (sensous) અને કઈ કેન્દ્રોત્સર્પી (Motor)-આ બધાનુ જ્ઞાન જોઈએ) બુદ્ધિમાનોની બુદ્ધિને પણ

મોહમાં નાખી દે છે તો પછી અલ્પ બુદ્ધિનું તો પૂછવું જ શું ? Neurologist, Neuro-Surgeon અને Psycho-Surgery–દુઃખની વહારે ધાયેલાં આ ત્રણ બલો દુઃખનો જ નાશ કરીને વિરમે તો સારું. શિવજીના ગણો માફક–દક્ષયજ્ઞનો ધ્વંસ કર્યા પછીથી જ્વરરૂપે મનુષ્યોને પીડતા આ ગણો માફક–બીજાં દુઃખોનાં બીજો વાવશે કે નહિ તે ભવિષ્યમાં ડોકિયું કરવાની મારી પાત્રતા નથી જ. 'ચિંતાદિનાં કારણો અસદાચાર વગેરે છે તેનું હવે પ્રયોજન જ ક્યાં રહ્યું ?

જીરાલ્ડ હર્ડે (Gerald Heard) દુઃખને મનુષ્યસમુત્ક્રાન્તિનું સંગી ગણ્યું છે. આધ્યાત્મિક સમુત્ક્રાન્તિ (Spiritual evolution) ના સમયમાં જે તુમુલ યુદ્ધ ચાલે છે–જે દુઃખનો અનુભવ થાય છે– તે દુઃખ તો creative energy માટે આવશ્યક છે. હર્ડનો અભિપ્રાય એવો છે કે પ્રાણીમાત્રમાં ગુપ્ત સર્જનશક્તિ–latent creative energy–છે. આ શક્તિનો સદુપયોગ કરવામાં નથી આવતો તો જ દુઃખ દેખા દે છે. અર્થાત્ ભૂલ કરતા મનુષ્યને તે ચેતવે છે.

માર્ક ટવેઇન કહે છે કે જગતમાં સુખ સાથે જ દુઃખ ચાલી આવે છે. માનવ સંસ્કૃતિ દુઃખને કદી દૂર રાખી શકવાની જ નથી.

કીટ્સ દુઃખ અને સંકટની સ્થિતિને આપણી ઉન્નતિ માટે આવશ્યક ગણે છે. આપણને નિદ્રામાંથી જગાડનાર અને કર્તવ્ય પંથે વાળનાર દુઃખ જેવું બીજું એકેય નથી. દુઃખના દિવસોમાં જ માણસનું હૃદય વિકસે છે, ધૈર્યાદિ ગુણો કેળવાય છે અને જીવનના ઘડતરમાં આ ખૂબ જ મદદકર્તા થઇ પડે છે. આથી જ કુંતીએ પ્રભુ પાસે પ્રાર્થના કરી છે કે " હે ભગવાન ! તું અમને દુઃખ જ આપજે. દુઃખમાં જ તારું સ્મરણ સારું થાય છે. "

અને ફ્રાન્સ દેશના મહાન લેખક આનાતોલ ફ્રાન્સનાં વચનો કેમ

વિસરાય ? એ કહે છે. "No, my friend, the secret of all the universe is not desire, not love, it is pain. Love in reality is a by-product Pain is the lamentable pearl of this earth of ours We spin unceasingly the web of Sorrow It is our hell, our tribulation, but it is also our greatness If man builds at all it is at the price of endless efforts and tears If he were happy, he would be as though he existed not. If he were prosp erous, he would not progress Everyone finds a pedestal on which to raise himself a little higher and the name of that pedestal is Suffering .."

(Conversationsમાંથી)

જે પરવશ એ દુઃખ; આત્મવશ એ સુખઃ આ જ સુખદુઃખનું સંક્ષેપમાં લક્ષણ જાણવું. આત્મવશતામાં જ સુખ છે અને આથી જ ગીતામાં,

"सुखमात्यन्तिकं यत्तत् बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम्"

(ગીતા, ૫. ૨૧)

જે કેવળ બુદ્ધિથી જ ગ્રાહ્ય હોઈ ઇન્દ્રિયાતીત છે તે જ આત્યન્તિક સુખ છે.

આ બધાનો ભાવ એ છે કે મનોનિગ્રહ ઉપર જ સુખ નિર્ભર છે. ઇંદ્રિયોનો સ્વામી મન છે. મન જ આત્માના સંયોગથી સુખદુઃખની સંવેદનાઓ ઝીલનારું છે. મનોનિગ્રહ વિના સુખદુઃખનો નિગ્રહ શક્ય જ નથી. આત્મવશતા એ સુખ અને પરવશતા એ દુઃખ એ મનુની વ્યાખ્યામાં ઘણું રહસ્ય છે. ગીતામાં ફલાશા છોડી, અનાસક્ત રહી, દરેક કર્મ ભગવાનને સમર્પણ કરીને, કાર્ય કરે જવાનો જે માર્મિક ઉપદેશ છે તેના સમ્યક્ જ્ઞાન ઉપર જ સુખ વા દુઃખનો આધાર છે. માનવ સમાજમાં જ્યાં સુધી પશુ મટી સાચો મનુષ્ય નહિ થાય, પોતાના શારીરિક અને માનસિક વેગો ઉપર પ્રભુત્વ મેળવતો નહિ થાય, ત્યાં સુધી સાચા સુખનાં દર્શન શક્ય જ નથી. સાચો યોગી જ આત્યન્તિક સુખનો અનુભવ કરી શકે છે.

માનવ અપૂર્ણ હોઈ અપૂર્ણતામાંથી તેને છોડવવા, કેટલીક વખતે દુઃખપ્રાપ્તિ થાય છે. આધ્યાત્મિક, આધિદૈવિક અને આધિભૌતિક આ ત્રિવિધ દુઃખો, વિચાર કરતાં, ઈશ્વરે જનોના કલ્યાણ માટે જ નિર્માયેલાં દીસે છે. સુખમાં રાચવું એ ટૂંકી દષ્ટિના માણસોનું કામ છે. હાલનો જમાનો આધિભૌતિક સુખવાદમાં માનનારો છે. આ મૂર્ખતાભરેલા સુખવાદે જગતમાં અનેક જાતનાં અનિષ્ટો ઊભાં કર્યાં છે અને તેમાંથી છૂટવાનું હવે શક્ય જ નથી. સુખવાદરૂપી

ડાકણ હવે એના સકંજામાં—પ્રેમપાશમાં પડેલાઓનાં હાડમાસ ચૂસીને જ એને છોડશે એમ લાગે છે.

એરિસ્ટોટલ ભારપૂર્વક કહેતા કે શુભ જીવન હમેશા સખત જ હોય. આ સખતાઈ એટલે ભારે પરિશ્રમ પૂરતી જ નહિ, પરંતુ તેથી ઊંડા અર્થમાં એટલે કે ભીષણ સંગ્રામના અર્થમાં પણ... કરોકટીનો દિવસ આપણા ગુણોનો જ જન્મદિવસ છે. મહાનુભાવ એલ. પી. જેક્સ પોતાની 'સર્વોદયની જીવનકળા' (*Constructive Citizenship*) નામના પુસ્તકમાં કહે છે કે "ખરૂ જોતાં, આખી સંસ્કૃતિને એકરાગ વસ્તુ જોઈતી હોય તો, સમાનપણે સુખ ભોગવવા કરતા સમાનપણે દુઃખ ભોગવવું, એ આપણા હેતુને વધુ સિદ્ધ કરનાર નીવડે. કારણ કે, સુખ તો મનુષ્યસ્વભાવમાં જે કંઈ નિર્બળ અને અસ્થિર અંશો છે, તેને ઉત્તેજનાર વસ્તુ છે; જ્યારે દુઃખ તેના જે કંઇ સબળ અને અચળ અંશો છે તેને ઉત્તેજનાર છે."

વિક્ટર હ્યુગોએ કહ્યું છે કે "પૂરેપૂરા સુખી થવું એ તો ભયંકર વસ્તુ છે." જેમ પાણીની ઉત્પત્તિ માટે ઓક્સીજન અને હાઇડ્રોજનની મેળવણીની જરૂર છે તેમ જીવનના ઘડતર માટે સુખ અને દુઃખની મેળવણી આવશ્યક છે.

"મનુષ્યજાતિના બધા જ મહાન આદર્શો વેદનમાંથી જન્મેલા છે. દુઃખ, નિષ્ફળતા, નિરાધારતા, મૃત્યુ વગેરેના અસંખ્ય પ્રકારોમાંથી એક યા બીજે પ્રકારે મનુષ્યના વીર આત્માની તાવણી થતાં તેના જવાબરૂપે જ એ બધા આદર્શો પ્રગટેલા છે. ન્યાય, સ્વાતંત્ર્ય, સર્વોદય, માનવજાતનો કુટુંબભાવ, વગેરે તમામ આદર્શોના મૂળમાં ભયંકર ખેંચતાણો રહેલી હોય છે. તે બધા વેદનામાંથીજ જન્મ્યા હોય છે અને વેદના વડે જ ટકી રહેતા હોય છે."

કાન્ટ જેવો તત્ત્વજ્ઞાની પણ કહે છે કે, "માણસની ઉત્તમોત્ત શક્તિઓ બહાર લાવવા માટે કુદરતે જ આ યોજના કરી

જણાય છે." સુખ જેટલું જ દુ:ખ જીવનનું આવશ્યક તત્ત્વ આથી જ મનાય છે. સર્વોચ્ચની ઉપાસના કરવા બેસીએ કે તેટના જ ઉચ્ચ-ભયંકર તામસિક સ્વરૂપોના દર્શનો થવા લાગે છે એવો આધ્યાત્મ ક્ષેત્રના પ્રવાસીઓનો અનુભવ છે. એ ભયંકર દર્શનોની પરવા કર્યાં વિના જે પ્રવર્તક કે સાધક આગળ કૂચ કરે છે તે જ સત્ય, શિવ, સુન્દરમ્‌-ના ધામમાં પ્રવેશ કરી શકે છે. એ ચતાણુ-દુ:ખ-ઉચ્ચ જીવન માટે આવશ્યક છે. પામર માનવીઓને માટે દુ:ખ પારાવારા ક્લેશજનક બને છે. પરંતુ મહાપુરુષો માટે દુ:ખ જ શ્રેયસ્કર બને છે. આર્યોએ જીવનમાં તપ, તિતિક્ષા, સંયમ, દમ, યમ, નિયમના તાણાવાળા અમથા નથી ગૂથ્યા. આ તપશક્તિમાથી જ પરમ સત્યો પ્રગટ્યા છે. તપના અગ્નિમાં જેના મનના મેલો બળીને ભસ્મ નથી થઈ ગયા તેને માટે સત્યદર્શન નથી જ. વેદો કહે છે કે ધગધગતા તાપમાથી જ ऋत-Moral order અને સત્ય ઉત્પન્ન થયા છે.

પ્રખ્યાત મનોવિશ્લેષણ શાસ્ત્રનો તજજ્ઞ Jung-જંગ-Modren Men in Search of his Soul' નામના પુસ્તકમાં લખે છે કે 'મનુષ્યજીવનમાં પરસ્પર વિરોધી વૃત્તિઓ વચ્ચે જે ઘમસાણ ચાલી રહ્યું છે તેનો જ આવિર્ભાવ 'રોગ' તરીકે બહાર થાય છે. ધર્મ એક શીખવે છે ત્યારે વ્યવહાર તે શીખનું ઉલ્લંઘન કરવાનું શીખવે છે. પરિણામે આંતર-સમતુલા ક્ષુબ્ધ થાય છે અને જેને આપણે રોગ અથવા દુ:ખ કહીએ છીએ તે જન્મે છે."

દુ:ખમાં ધૈર્ય, મનની સમાધિ, શાંતિ રાખવી જોઈએ. ગભરામણ-વિભ્રમ ઉપરાઉપરી દવાઓના ઘૂટડાઓ કે વાકાઓ-બુદ્ધિશાળીએ ન સેવના અને લેવા જોઈએ. ચરકસંહિતામાં "विषादो रोगवर्धनानाम्" રોગ વધારનાર જેટની ચીજો છે તે સૌમાં વિષાદ પ્રધાનપદે છે.

વિષાદથી ઊલટા રોગો વધે છે૧ રોગીએ પોતે રોગ કયા પ્રકારનો છે: આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક કે આધિદૈવિક—આ ત્રણ જાતનાં દુઃખોમાંથી પોતાનું દુઃખ શાને આભારી છે તે શોધવા સમજવા પ્રયત્ન કરવો. શાંતિ રાખવી. રુચિ ન હોય તો ખોરાક બંધ કરવો. શારીરિક લક્ષણો જ્વર, કબજિયાત ઇત્યાદિ જણાય તે માટે મૃદુ ઉપચારો કરવા અને જે શાંતિ અને આરામ આવી પ્રસંગે મળ્યા હોય તેનો ઉપયોગ કરી લેવો. ધાતુવૈષમ્ય એ જ રોગ, ધાતુસમતા એ જ આરોગ્ય. આરોગ્યમાં સુખનો વાસ છે. જ્યારે રોગમાં વિકારોનો વાસ છે.

"अनादि च सुखदुःखम् ॥ चरक सू. ૩૦/૨૭ કોઈ વસ્તુના અભાવમાંથી ભાવની ઉત્પત્તિ સંભવતી નથી. સુખ અને દુઃખ આયુઃસન્તાન–આયુષ્યપરમ્પરા–માફક જ અનાદિ છે.

पारंपर्यानुबन्धस्तु दुःखानाम् । चरक शा. ૧/૯૨

દુઃખનો અનુબન્ધ પરંપરાગત છે. અર્થાત્ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ સાથે જ સુખદુઃખ સરજાયેલાં છે. 'ઘટ સાથે રે ઘડિયાં' એનો આ જ અર્થ છે.

---

* ईदृशानां विपाकोऽपि जायते परमाद्भुतः ।
ઉત્તરામચરિતમ્

૧ સાયન્સ જેમ વધતું જાય છે, નવાં નવાં યંત્રો યોજાતાં જાય છે, તેમ તેમ લોકોમાં બીકની ગ્રન્થિઓ વધુ ગાઢ બનતી જાય છે. રોગની બીક ઓછી થવાને બદલે ઊલટી તે વધતી જાય છે આ સંબંધી ચિકિત્સકોએ વિચાર કરવા જેવો નથી શું? 'બ્લડપ્રેશર' એકનું મટાડી બીજા વીસને બ્લડપ્રેશર લાગુ થતું મને તો લાગે છે વિષાદ એ રોગ વધારનાર છે એ દરદીઓ અને ડૉકટરો બન્ને જ્યારે સમજશે ત્યારે સોનાનો સૂરજ ઊગશે.
—બા. ગ. વૈદ્ય

, પરંતુ આ બધા ઉપરથી જીવનમાં દુઃખ જ કલ્યાણદાયી છે એમ માનવાની ભૂલ કોઈ રખે કરે. માનવમાત્રનું અંતિમ ધ્યેય તો ચરમ સુખ છે. સુખની ઉત્પત્તિ દુઃખમાથી જ થતી જોવામાં આવે છે પરંતુ તેથી કરી જાણી જોઈ મનુષ્યોએ દુઃખ ખમવું, ન હોય તો ઊભું કરવું–આમાં અવિવેક છે. દુઃખ કે સુખ જે આવી પડે તે હસ્તે મોંઢે સહન કરવું, ભગવાનમા શ્રદ્ધા રાખી, અહંતા છોડી, અનાસક્ત રહેવું એ જ જીવન છે. સદાચાર અને આધ્યાત્મિક જીવન વિના સાચું સુખ શક્ય જ નથી. પૃથકજનો જેને સુખ માને છે તે સુખનો આભાસ માત્ર છે એમ જ્ઞાનીઓ કહે છે એ સાવ સાચું છે,



૪૧ : વર્તમાન સંસ્કૃતિ—એક મહાપ્રશ્ન

અમેરિકાના મહાન શસ્ત્રવૈદ્ય ડા. એલેકિસસ કેરોલનું 'મૅન ધ અનનોન' નામનું અતિશય સુંદર પુસ્તક ઘણા સાહિત્યરસિકોએ વાંચ્યું હશે. આ લેખકને નોબેલ પ્રાઇઝ મળેલું છે અને આ પુસ્તકનું યુરોપની લગભગ તમામ ભાષાઓમાં ભાષાંતર પણ થયું છે. ૧૯૩૬માં પહેલી વાર પ્રસિદ્ધ થયેલું તે ૧૯૪૨ માં ૧૧ મી વાર છપાયેલું છે. લાખો નકલો તેની આજ સુધીમાં ઊપડી ગઈ છે. વિજ્ઞાન આટઆટલું વધ્યું, શરીરશાસ્ત્ર અને ઇંદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર, શસ્ત્રવિદ્યા અને માનસશાસ્ત્ર આટઆટલાં વિકાસ પામ્યાં છે છતાંય મનુષ્ય હજી અજ્ઞાન જ રહ્યો છે એમ આ વિદ્વાન લેખક લાક્ષણિક રીતે કહે છે. પૂર્વનો કોઈ ધ્યાનધન વિદ્વાન લખતો હોય એવી શૈલીથી આખું પુસ્તક લખેલું છે. પુસ્તક વાચતાં તે હાથમાંથી નીચે મૂકવાનું મન થતું નથી એટલું સરસ તે લખાયેલું છે. આખું પુસ્તક ગુજરાતીમાં ઉતારવા જેવું છે. આવા એક મહાન શસ્ત્રવૈદ્યની આ વાણી આપણા જેવા પરપ્રત્યયનેય

મનુષ્યો માટે ખૂબ જ વિચારવા જેવી છે. પશ્ચિમમા હવે સારા વિચારકો સ્થૂલની પાછળ રહેલ સૂક્ષ્મ જગત જોવા-જાણવા-વિચારવા લાગ્યા છે એ શુભ ચિહ્ન છે—આશાનું ઉજ્જ્વળ કિરણ છે.

આજની શિક્ષણપ્રણાલિકામા હાડકાં અને માંસપેશીઓનો ખૂબ વિકાસ થયો છે. અમેરિકાએ પ્રાચીન ગ્રીકોના શરીરો પોતાના આદર્શ માટે નજરમા રાખ્યાં લાગે છે અને પરિણામે અમેરિકન પ્રજાનું શરીરસૌષ્ઠવ ખૂબ સારું ખીલ્યું પણ છે. ઊંચાઈ ખૂબ સારી વધી છે. વજન પણ ઠીક પ્રમાણમાં વધ્યું છે. રમતગમતનો શોખ ખૂબ વધ્યો છે. વર્તમાન સુખની દરેક સગવડનો ઉપભોગ તેઓ કરી રહ્યા છે. આટલું છતાં પણ આજની પેઢીનું આયુષ્ય આપણા પૂર્વજો કરતાં જરા પણ વધ્યું નથી, કદાચ એ મર્યાદા ઓછી થઇ હશે! આરોગ્યશાસ્ત્ર અને ચિકિત્સાશાસ્ત્ર ખૂબ આગળ વધ્યાં છે. ઘરો ખૂબ સ્વચ્છ, હવાઉજાસવાળાં બન્યાં છે. આહારશાસ્ત્રનું જ્ઞાન ખૂબ વ્યાપક બન્યું છે. નિશાળોમાં બાળકોનાં શરીરની પરીક્ષા નિયમિત રીતે થાય છે. સ્નાનાગારો, ક્રીડાંગણો, ચિકિત્સાનિષ્ણાતો-આ બધું ખૂબ પ્રમાણમાં વધ્યું છે. પરંતુ આ બધું છતાંય મનુષ્યની જીવનમર્યાદામાં એક દિવસ પણ વધુ ભાગ્યે જ ઉમેરાયો હશે!

અને શરીરનું કદ વધ્યું છે તે સાથે માનસિક શક્તિઓ, અને નૈતિક શક્તિઓ તે પ્રમાણમાં મુદ્દલ વધી નથી. કદાચ એમના શારીરિક વિકાસ અને બૌદ્ધિક વિકાસ વચ્ચે વધુ વિસંવાદિતા વધી છે. શરીરવિકાસને આજે જે મહત્ત્વ દેવામાં આવે છે અને અમુક જાતિમાં તેના શરીરના કદનો વિકાસ જોવામાં આવે છે તે જાતિ માટે લાભદાયક છે કે તેમની અધોગતિ કરનાર છે તે આજે આપણે સમજી શકતા નથી.

આજની શાળાઓમાં ચપળતા, હોશિયારી વગેરે બાળકોમાં વધેલાં જોવામાં આવે છે. પરંતુ ચારિત્ર્યની દુર્બળતા પણ એ પ્રમાણમાં

વધતી જતી જોવામાં આવે છે. ચારિત્ર્યની દુર્બળતા સાથે બુદ્ધિ પણ ઓછી થતી જાય છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં નિશાળો, કોલેજો, યુનિવર્સિટીઓ આટઆટલાં વધ્યાં છે પરંતુ બૌદ્ધિક વિકાસનું ધોરણ તો તેનું તે જ રહ્યું છે. આવું વિપરીત પરિણામ–paradoxical result–કેમ આવ્યું હશે તે કોયડો ઉકેલવા જેવો છે.

આજના વિદ્યાર્થીઓને વધુ ઊંઘની, સારા ખોરાકની અને નિયમિત રહેવાની ખૂબ જરૂર પડે છે. એમનું મજ્જાતંત્ર ખૂબ જ નાજુક થઈ ગયું છે. આ યુગની રહેણીકરણી, મોટાં શહેરોમાં વસવાટ, અવિશ્રાંત દોડધામ આ બધું તેઓ બહુ સહન કરી શકતાં નથી. આ સંજોગોમાં તેઓ સહેલાઈથી ભાંગી જાય છે. સ્વચ્છતા (હાઇજીન), દવાદારૂ (મેડિસિન), અને વર્તમાન કેળવણી આ ત્રણેના વિજયો આપણે માનીએ છીએ તેટલા પ્રમાણમાં જરા પણ લાભદાયી થયા નથી.

બધા કહે છે કે ચિકિત્સાશાસ્ત્રે અદ્ભુત પ્રગતિ સાધી છે, અને રોગો નાબૂદ કરવામાં ખૂબ સહાય કરી છે. બાળકોના ઝાડા, ક્ષય, ડિપ્થેરિયા, ટાઇફોઇડ વગેરે રોગો કદાચ ઓછા થયા હશે, પરંતુ તેની જગ્યાએ નવા degenerative deseases–શરીરનો હ્રાસ કરનારા રોગો પણ એટલા જ વધ્યા છે. આ ઉપરાંત જ્ઞાનતંતુના અનેક રોગો અને મનના અનેક રોગોની સંખ્યા કરતાં ગાંડાની હૉસ્પિટાલમાં રાખેલ ગાંડાઓની સંખ્યા વધુ વધી છે. ઉન્માદ પેઠે જ્ઞાનતંતુઓના અનેક વિકારો, બૌદ્ધિક નબળાઈઓ વગેરે ખૂબ વધ્યાં છે. કુટુંબસંસ્થાને ભાગવામાં એણે ઠીકઠીક ભાગ ભજવ્યો છે. ચેપી રોગોને નાબૂદ કરવા અત્યાર સુધી સ્વાસ્થ્યસંરક્ષકોએ ખૂબ ધ્યાન આપ્યું છે. પરંતુ સંસ્કૃતિ માટે આ માનસિક કચ્ચરઘાણ ચેપી રોગો કરતાંય વધુ ભયાવહ છે એ યાદ રાખવું ઘટે છે.

યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં દર વર્ષે ૧૦ થી ૧૧ કરોડ દરદીઓની વા થાય છે એવો આંકડો આવે છે. આ માટે ૧૧ લાખ માણસો

એમા રેાકાયા છે ૧ લાખ ૪૫ હજાર ડૉક્ટરેા, ૨ લાખ ૮૦ હજાર નર્સો, ૬૦ હજાર ડેન્ટીસ્ટા, ૧ લાખ ૫૦ હજાર ફાર્માસિસ્ટો–આ દરદીઓની તહેનાતમા રહે છે. હેાસ્પિટલેામા ૭ લાખ પથારીઓ છે, ૭૦૦૦ મેાટી હેાસ્પિટલેા, ૮૦૦૦ ક્લિનિક્સ, ૬૦ હજાર ફાર્મસીઓ છે પ્રજા દર વર્ષે દવા પાછળ ૧૪ કરેાડ ૩૦ લાખ ડૉલર ખર્ચે છે! વધારીને જોતા દર વર્ષે ૭૦ કરેાડ ડૉલર વૈદકીય સંભાળ ઓહિયા કરી જાય છે!

અને હવે હિંદમા પણ આ આકડાઓની સરખામણી કરવામાં આવે છે અને એના કરતા હિંદ ઘણેા પછાત રહી ગયેા છે એ બતાવવામા આવે છે! યુરેાપ–અમેરિકાનું સામાજિક જીવન અને હિંદના સામાજિક જીવનમા ખૂબ અંતર છે. એ આ ચર્ચા વખતે તદ્દન વીસરી જવામાં આવે છે પશ્ચિમના અંધ અનુકરણ વિના હિંદના વિદ્વાનેાને ચેન પડતું નથી એમ લાગે છે. પરપ્રત્યયનેયબુદ્ધિ-બીજાની બુદ્ધિથી દેારાનારા પામર મનુષ્યેાની દયા ખાવા જેવી નથી શું? મેાટી હેાસ્પિટલેાથી અમેરિકાને લાભ કરતા ગેરલાભેા ઘણા થયા છે—થઈ રહ્યા છે એમ એક નામાંકિત વિદ્વાને લખેલું મને યાદ છે એ મહાન હેાસ્પિટલમા દરદી પેસે છે કે લિફ્ટમા ઊંચકાય છે અને અનેક ખાતામા, ગળફા તપાસવા, પેશાબ તપાસવા, ગળું તપાસવા વગેરે અનેક જાતના રેાગેા માટે તેને ફેરવવામાં આવે છે. દરદી બહાર નીકળે છે ત્યારે બધા નિષ્ણાતેાના રિપેાર્ટોના થેાકડો લઈને આવે છે. આ રિપેાર્ટોથી કુશળ ડૉક્ટર પણ મુંઝાય છે અને દરદી વધુ વ્યગ્ર બનીને હેાસ્પિટલ છેાડે છે. વિજ્ઞાનના રિપેાર્ટો જગતમા ઝળકે છે, માનવતા નાશ પામવા લાગી છે. પરંતુ હજીયે ગંજાવર હેાસ્પિટલેાનેા આપણેા મેાહ કયા ઓછેા થાય છે? યુરેાપ-અમેરિકા કરે અને હિંદ ન કરે તેા એ પાછળ પડી જાય એ બીક હજી આપણને છેાડતી નથી! વર્તમાન દવાવાદ માનવતાનેા સંહારક બનશે એમ મને તેા લાગે છે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર સંસ્કૃતિનું પેાષક હેાવું

નેઈએ, ભક્ષક નહિ. અવિચારી દવાઓનો મારો, શરીરમાં જાણે આત્મા જ ન હોય એમ માનીને, આજે ચાલી રહ્યો છે; પરંતુ એને ઊંટવૈદું'' કહેવાની કોઈ ધૃષ્ટતા કરે તો તે પોતે જ પાગલ ગણાય એવી દશામાં આજે સમાજ મુકાયેલો છે!

શારીરિક હ્રાસ કરનાર તેમ જ માનસિક કચ્ચરઘાણુ વાળનાર ને દરદોને અટકાવવામાં જ માનવતાની આશા છે. એ રોગોનાં ક્ષણો દબાવવામાં કંઈ જ અર્થ નથી. વિશાળ અને ભવ્ય હૉસ્પિટલો ભી કરવાથી ચિકિત્સાશાસ્ત્રની પ્રગતિ મપાય છે એ મોટી ભૂલ છે, આજે મોટી ફેક્ટરીઓ ખડી કરવામાં મહત્તા મનાય છે અને મોટી જાવર ફાર્મસીઓ દવાઓ બનાવવા માટે કરોડો રૂપિયાને ખર્ચે રાપવામાં આવે છે. પરંતુ આથી ચિકિત્સાશાસ્ત્રનો અભ્યુદય ધાવાનો નથી. ચિકિત્સાશાસ્ત્રની ખરી પ્રગતિ તો કલ્પના, રોગીઓનું રીક્ષણુ, જ્ઞાનબુદ્ધિ પ્રદીપ વડે આતુરના અંતરાત્મામાં અવગાહન વા, ધ્યાનધારણા અને પ્રયોગશાળાના એકાંતમાં નિરવ શાંતિ વચ્ચે ડેપણાની મુદ્દલેય પરવા કર્યા વિના આત્મવિલોપન—આની ઉપર જ ભાર છે. આ વિનાની બધી શાસ્ત્રવિડંબના છે.

પ્રથમનો મનુષ્ય સંજોગો અનુસાર જીવનને પલટો આપીને વવાની કલા જાણતો હતો. પરંતુ વર્તમાન સંસ્કૃતિએ આરોગ્યશાસ્ત્ર ાઇજિન), આરામ, સારો ખોરાક, મૃદુ જીવન, હૉસ્પિટલો, ચિકિત્સકો ને પરિચારિકાઓ—આ બધાંની સહાયથી ઘણી હલકી કોટિનાં લાયક મનુષ્યોને જીવાડચાં છે–જીવતાં રાખ્યાં છે. આ માયકાંગલાં ને તેમના વંશજોએ સફેદ પ્રજાઓના જીવનવિકાસ ઉપર જબરી સર કરી છે. બેવકૂફ, સ્વાર્થી, મૂર્ખ અને સમાજને ભારરૂપ વાઓનાં જીવનમાં થોડાં વર્ષો ઉમેરવામાં શો લાભ હશે? આ ત્રાંનિક સુધારાએ મનુષ્યોને વધુ આરામ (leisure) આપ્યો છે ને આ આરામને લઈને જ એની દુર્દશાના શ્રીગણેશ બેઠા છે.

હૃદય, હોજરી અને આંતરડાં—આ ત્રણ અવયવો ઉપર આપણી ઇચ્છાનો કાબૂ નથી-તેઓ સ્વાયત્ત છે. પરંતુ હવે આ ત્રણેયના દરદો ખૂબ વધ્યા છે અને એ ઉપર એટલું બધું ધ્યાન આપવામા આવે છે કે એમની સ્વાયત્ત સત્તા જોખમાઇ છે અને વારવાર લેવાતા એક્સ-રેના ફોટાઓ તેમ જ અન્ય ઉપચારોથી આ અવયવોની ખરાબી વધુ વધતીજ ગઈ છે. જેની ઉપર આપણી ઇચ્છાનો કાબૂ નથી તેને આપણે આપણી ઇચ્છાને આધીન બનાવવા મથી રહ્યા છીએ. આજે ભલે ફોટાઓ લેવાનો વાયરો વાઇ રહ્યો હોય પરંતુ એની માઠી માનસિક અસરો નોંધવાનું યંત્ર હજી શોધાયું નથી એટલે એ અસરો કોણ નોંધશે? હૃદયના રોગીને એક વખત હૃદયનો રોગ છે એ ભાન થયું અથવા કરાવવામાં આવ્યું કે સમજી લેજો કે તે કાયમ માટે જ તેનો રોગી બની જવાનો. વિજ્ઞાન પોતાનાં યંત્રો ભલે શોધે પરંતુ યંત્રની મર્યાદા સમજવાનો વિવેક જ્યાં સુધી નહિ હોય ત્યાં-સુધી સો મણુ તેલે અંધારું જ રહેવાનું. વિવેક વિનાનો યંત્રસંચય પૃથ્વી ઉપર દોઝખ ઉતારશે.

ફ્રોઈડ નામના માનસશાસ્ત્રીએ જેટલું જગતનું અનિષ્ટ કર્યું છે તેટલું બીજા કોઇએ કર્યું નથી. જાતીય વાસનાઓને બહેકાવવામાં આ વિદ્વાને બળતામાં ઘી હોમ્યું છે અને આ બદવાસનાઓને ઉત્તેજીને નીતિવિનાશને પંથે પ્રજાઓને પાડી છે. છતાં આજે માનસ-શાસ્ત્રના મહાપંડિત તરીકે ફ્રોઇડની ગણુના વિદ્વાનો કરે છે એ પણુ બુદ્ધિની બલિહારી જ છે!

આ બધાં બાબતોનો—મહાપ્રશ્નોનો—એક જ ઉત્તર છે. વર્તમાન સુધારો આપણુને જરા પણુ અનુકૂલ નથી આવ્યો. આપણા ખરા સ્વરૂપના જ્ઞાન સિવાય તે સ્ફુર્યો છે. વૈજ્ઞાનિકોની whims—ધૂનો—માંથી જન્મ્યો છે. મનુષ્યોની લાલસાઓ, તેમની ભ્રમણાઓ, તેમની ઇચ્છાઓ,—આ બધામાંથી એ જન્મ્યો છે. આપણા પ્રયત્નો થકી જો કે આ સુધારો ખડો થયો છે, પરંતુ આપણા કદ અને આકારનો

લક્ષમા લીધા વિના જ એ ખોટો વધ્યો છે વિજ્ઞાન પાસે કોઇ નિશ્ચિત યોજના તો છે જ નહિ તે ગમે તેમ વિકાસ પામે છે એની પ્રગતિ કોઈ સારા સંજોગમા કોઇ સારા માણસના જન્મને લઇને થયેલી છે. 'માનવજાતનુ કલ્યાણ' એ વિચાર તેનામા છેજ નહિ ઔદ્યોગિક સુધારો પણ કેટલાક શોધકોની ધૂનમાથી જ ખડો થયો છે જો ગેલીલિયો, ન્યૂટન અને લેવોઝીવરે બૌદ્ધિક પ્રતિભાનો ઉપયોગ મનુષ્ય શરીર અને મનના અભ્યાસ માટે કર્યો હોત તો આજે જગત છે તેના કરતા વધુ સુખી હોત વિજ્ઞાનના માણસો પોતે કયા ઘસડાઈ રહ્યા છે તે જ તેઓ જાણતા હોતા નથી નસીબ તેમને દોરે છે એમ કહીએ તો ચાલે આ બધા વૈજ્ઞાનિકો એકમીજાથી ખૂબ દૂર હોય છે ટૂકમા, કોઈ પણ જાતની નિશ્ચિત વિચારણા સિવાય જ આજની વિજ્ઞાનની બધી શોધો જન્મી છે આ શોધોએ જગતની સિકલ બદલી નાખી છે અને જેવા આજે આપણે છીએ તેવા બનાવનાર પણ આ વિજ્ઞાન જ છે

આ જમાનાનુ મોટામા મોટુ દૂષણ—પૈસા મેળવવાની, ધન સચય કરવાની એષણા છે આ ધનાર્જન-ધનપ્રાપ્તિ સિવાય આજનો મનુષ્ય બીજી બધી વાતોમા બેદરકાર રહ્યો છે વધુ ને વધુ પૈસો કેમ મળે તે માટે જ બધા ઉત્સુક અને કાર્યરત છે પોતાના આતર જીવનના વિકાસની તેમને કઈ જ પડી નથી આતરજીવનનો વિકાસ અને ચારિત્રની ખીલવણી-આ બેની જરૂર જાહેર આરોગ્ય અને ચેપી રોગોના ઉપાયો કરતા વિશેષ છે સમાજના સ્વાસ્થ્યનો વિચાર આજે થાય છે તેના કરતા બીજી રીતે થવાની જરૂર છે ભૌતિક સાધનો—mechanical invention-ની સખ્યા વધારતા જવામા કઇ જ લાભ નથી પદાર્થવિજ્ઞાન અને રસાયનશાસ્ત્રની શોધોની પણ ઝાઝી જરૂર નથી શુદ્ધ વિજ્ઞાન-Pure Science-એમ તો આપણને ખાસ કઈજ નુકસાન કરતુ નથી, પરતુ જ્યારે એ મનુષ્યોના

ચિત્તનું હરણ કરે છે ત્યારે તે ખૂબ જ ભયકર બને છે મોજશોખ, વૈભવો ધનના ઢગલાઓ આ બધું વધારતા જવાના શો સાર છે? મનુષ્યોએ પોતાના આંતરજીવનમા ડોકિયા કરતા થવુ જોઇએ ' It must leave the physiological in over to follow the mental and the spiritual' (p 51) કેવળ શરીર નહિ પરંતુ આત્મા અને મનના ચિકિત્સકો જ સમાજના સાચા ચિકિત્સકો છે આજના ચિકિત્સકો પાસે ધનસંચય સિવાય અન્ય વિશુદ્ધ હેતુ જ નથી કોઈ પણ માર્ગની મહત્તા તેની પાછળના હેતુથી વા ભાવથી મપાવી જોઇએ સમગ્ર મનુષ્ય લક્ષમા રાખીને જ માનવચિકિત્સા થવી જોઇએ બમ્રી કાઢી ઈંટ ઘાલવા જેવી આજની ચિકિત્સા-પદ્ધતિ ખૂબ જ વિચારણા માગી રહી છે જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન— Knowledge and Science બન્નેની આપણને જરૂર છે આ બન્નેનો ઉત્કર્ષ આપણું દૃષ્ટિબિન્દુ વિશુદ્ધ બનાવી શકશે ભાવની વિશુદ્ધિથી જ કાર્યોનુ મૂલ્યાકન મપાવુ જોઇએ

ચેપના ડરથી ચેપી રોગોના દરદીઓને દૂર રાખવામા આવે છે પરંતુ માનસિક અને નૈતિક રોગોને ફેલાવતા યા જન્માવતા ચેપવાહકોનુ શુ ? શરીરના રોગોની ચિકિત્સામા રાતદિવસ રચ્યા પચ્યા રહેનાર ચિકિત્સકો જ્ઞાનતંતુઓના અને મનના અનેકગણા ભયકર રોગો માટે કેમ કઇ વિચાર કરતા નથી? અવયવોના રોગોને—organic diseases—જન્મ આપનાર ટેવો કે ખાસિયતો એ કા ભયકર માનવામા આવે છે અને ભ્રષ્ટાચાર, ગુનેગાર માનસ અને ઉન્માદ-આ રોગોને લાવનાર કે જન્માવનાર ટેવોને કેમ ભયકર માનવામા નથી આવતી? શરીરશાસ્ત્રનુ નહિ જેવુ થોડુક જ્ઞાન પામીને બનેના ચિકિત્સકો પાસે સમાજે દવા કરાવવાનુ છોડવુ જોઇએ The public would refuse to be attended by physicians knowing nothing but a small part of the body" આજના ચિકિત્સાનિષ્ણાતોને સામાન્ય

ચિકિત્સકોના હાથ હેઠળ થોડાં વર્ષો કામ કરવાની રાજ્યે ફરજ પાડવી જોઈએ. સ્પેશિયાલિઝમ એ એક નવો રોગ છે. એના વિષની અસરો ધીમે ધીમે સમાજદેહમાં જણાય છે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર કદમાં ખૂબ પુષ્ટ થયું છે. તેની પાછળ બળવાન મન કે વિશુદ્ધ આત્મા નથી. આથી તે ભયંકર બનવા લાગ્યું છે અને હજી બનશે.

અંતે, આ વિદ્વાન વિચારક ઉપસંહાર કરતાં કહે છે કે અનેક મહાન સામ્રાજ્યો પૃથ્વીના પડ ઉપરથી અદૃશ્ય થઈ ગયા છે. જે જ્ઞાન ઉદ્‌ભવ્યું છે તેનો યથાર્થ ઉપયોગ કરીને શું આ વિનાશને નહિ ખાળી શકાય? આપણું ભવિષ્ય આપણા જ હાથમાં છે. પરંતુ હવે આપણે આજથી જ તદ્દન નવે ચીલે ચાલવું જોઈએ. ઝાઝો સમય થોભવાનો વખત નથી. વર્તમાન યુગ પ્રત્યેકની કસોટી કરી રહ્યો છે. અતિમાનવ મહાપુરુષના માર્ગદર્શન સિવાય બચવાની આશા ઓછી છે. વ્યક્તિત્વ, અહંતા, અર્ધદગ્ધ વિવેકહાનિ–આ બધાંએ કચ્ચરઘાણ વાળ્યો છે. વસ્તુ માત્ર મૂલ્યાંકન માગે છે. વિજ્ઞાન (સાયન્સ) વિજ્ઞાન ખાતર નહિ પરંતુ કોઈ ઉચ્ચ ધ્યેય માટે રાહ જોઈ રહ્યું છે. વર્તમાન યુગના ઓ મુસાફર! ઊઠ, જાગૃત થા, પ્રેમલ જ્યોતિને તારો પંથ ઉજાળવા પ્રાર્થના કર.



૪૨ : શાન્ત મૃત્યુ

એક લેખકે યેાગ્ય જ કહ્યુ છે કે માદા માણસનેા ઓરડો એ પવિત્ર જગા છે જ્યા સૌ કોઈએ શાતિથી ધીમે પગને પ્રવેશવુ જોઇએ[૧] જે પથારી ઉપર દુ ખી દરદી સૂતેા હેાય છે તે યજ્ઞની વેદી જેવી આદરણીય માનવી જોઈએ આ વેદી ઉપર દરદીની અહ તા ધીરેધીરે પેાતાની જાતની આહુતિ આપે છે આથી જ જેટલી નીરવ શાતિ એ મુમૂર્ષુ પાસે રખાય તેટની તે જીવાત્મા માટે સારી છે ઘેાઘાટ રેાકકળ, શેારબકેાર આ બધુ માદા માણસ પાસે ન હેાવુ ઘટે સૌથી છેલ્લી ઘડીએ મરણેાન્મુખ વ્યક્તિના કલ્યાણ માટે સૌ કેાઈએ નીરવ શાતિ રાખવી જોઈએ આ પ્રસ ગે કલ્પાત શેારબકેાર કરવાથી મરનારનુ અહિત થાય છે, પવિત્ર વાતાવરણ તેથી દૂષિત થાય છે

મરણ માટેની સાચી તૈયારીએા તેા જીવન દરમિયાન કરેલા સત્કૃત્યેા જ છે પરતુ ગમે તેવા સારા યા માઠા કર્મો કર્યા હેાય તેા પણ અ તિમ અવસ્થા વખતે ત્રાસ કે અશાતિ વિના માણસ હસતે મુખડે, હળવા હૃદયે સૌની વિદાયગીરી લઈ શકે છે અને એટલા ખાતર પણ તે વખતે એ જ્યા સૂતેા હેાય છે તે સ્થળનુ વાતાવરણ શાત, પવિત્ર, ભ ય રાખવુ જોઇએ

તેની પ્રિય પત્ની, હેતાળ માતા, પ્રેમાળ બાળકેા માટે એ ક્રૂર ઘડી ખરેખર વિકટ છે જિ દગી આખી સાથે ગાળેલી હેાવાથી પ્રેમના બ ધનેા હેાય છે જ પરતુ લાગણીને દબાવીને સૌ કેાઈએ શાત રહેવુ ઘટે છે તે વખતે પાડેલા આસુ કે મરણ પછીની રેાકકળ પ્રેતને બાળે છે એમ કાલિદાસે કહેલુ છે[૨]

---

૧ ' The sick room is a holy place where none but gentle feet might tread All suffering is sacred and admits of no mockery and no abuse '

—' Rambles in Vedanta "

૨. स्वजनाश्रु किलाति सन्ततं दहते प्रेतमिति प्रचक्षते ॥
(રઘુ૦ ૮)

એક વૈદ્ય તરીકે હું આજે સર્વત્ર મૃત્યુ વખતે વૈદ્ય-ડૉક્ટરો માટે દોડધામ, ઈન્જેક્શનો માટે સળગાવવામાં આવતા સ્ટવનો અવાજ, 'ચિકિત્સકની તહેનાતમાં ઊભા રહેવાની સૌની તત્પરતા-જોઉં છું અને મને દુઃખ થાય છે. ચિકિત્સક તરફનો વધુ પડતો વિશ્વાસ-શ્રદ્ધા આના મૂળમાં હશે કે પછી લોકોને બતાવવાની આ લોકૈષણા-ઘેલછા હશે! સાંભળ્યું છે કે કેટલાક શ્રીમંતો મરણ બાદ ૫-૭ ડૉક્ટરોને તેડી મંગાવી પોતાના વૈભવનું પ્રદર્શન થાય-પોતાના જ્ઞાતિજનોમાં તેની ઉદારતાની વાતો થાય એટલા ખાતર, ડૉક્ટરોને વિઝિટે બોલાવે છે!

ચિકિત્સકોને ખબર તો હોય છે જ કે હવે દરદી જવાનો છે. જો એ ખબર ન પડે તો તેટલે અંશે તે ચિકિત્સક તરીકે અધૂરો છે. તો પછી ચિકિત્સકનો શું ધર્મ નથી કે તેણે જ દરદીનાં સગાં-વહાલાંને સ્પષ્ટ કહી દેવું જોઈએ કે હવે આ બધી ખટપટ છોડો અને સુખેથી દરદીને મરવા દો? આયુર્વેદમાં આવા દરદીની દવા કરવાની સાફ ના પાડી છે. એની પાછળ આવી કોઈ દૃષ્ટિ જ હોવી જોઈએ એમ મને લાગે છે.

આજે જીવન ધાંધલિયું છે અને મૃત્યુ પણ ધાંધલિયું બન્યું છે. મૃત્યુ વખતનું ગાંભીર્ય, વાતાવરણનું યોગ્ય ગૌરવ ક્યાંય જોવામાં નથી આવતું. કોઈ પણ પ્રજા માટે આ ઘટના અતિ ગંભીર લેખાવી જોઈએ.

પહેલાં મરનાર માણસના કાન ઉપર પડે તેવું વાંચન (ગીતા, ભાગવત વગેરે) વાંચવામાં આવતું હતું. મરનારના કાનમાં એ પવિત્ર શબ્દો પડે તો સારું એમ તે ઇચ્છતા હતા. હવે ડૉક્ટરોના અભિપ્રાયો, આવનજાવન, વગેરે ધમાલમાં એ વાત પણ વીસરાવા લાગી છે. એમાં કદાચ ભણેલાઓને પોતાને સુધરેલા મનાવવા ખાતર orthodoxy લાગતી હશે. ગીતામાં કહ્યું છે કે "જે પુરુષ અંતકાલ

વખતે મારું સ્મરણ કરતોકરતો દેહ છોડે છે તે મારા ભાવને અર્થાત્ વિષ્ણુના પરમ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત થાય છે દરદી ખરેખર 'એ ભાવને પામે છે કે નહિ' એ શુભ ગતિ પ્રાપ્ત કરે છે કે નહિ એમા લેશમાત્ર સશય કોઈ એ લાવવાની જરૂર જ નથી. 'હે કૌન્તેય-મૃત્યુ વખતે જે જે ભાવને-વિચારને-સ્મરતો કિવા દેવતાવિશેષનું ચિન્તન કરતો કરતો શરીર છોડે છે, તે તદ્દભાવભાવિત પુરુષ તે જ ભાવને પામે છે'[3] આજના માણસોને આ ભગવાન-વાકયમા વિશ્વાસ છે કે નહિ તે હું નથી કહી શકતો. હિંદુ ધર્મની આ પુનિત માન્યતા છે અને એ ખરેખર ભવ્ય છે, ઉદાત્ત છે એટલુ જ હુ કહીશ તેના ઉલ્લઘનમા જીવનની મંગલ બાજુની અવગણના છે આ ભવ્ય પ્રસગે બુદ્ધ, ક્રાઈસ્ટ, દયાનદ અને બીજા કેટલાયે સંતોના જીવનમા પરિવર્તન આણેલું છે એ વાત સૌને સુવિદિત જ છે.

આજે અત સુધી દવાદારૂ, ઈન્જેકશનોની ધમાલ ચાલુ હોય છે એ મારે મન-એક ચિકિત્સકને મન-મહુ દુઃખદાયી છે. આના મૂળમા ચિકિત્સકોમા વધુ પડતો વિશ્વામ પૃથગ્જનોએ મૂકેલો છે તે છે આથી તો સ્વ. બર્નાર્ડ શૉએ કહ્યુ છે કે 'દરેક ડૉકટરે પોતાના પાટિયા ઉપર સોનેરી અક્ષરોમા લખાવવું જોઈએ કે હુ પોતે પણ મર્ત્ય છું-મરણાધીન છું.' ('I too am mortal') પ્રજામા ડૉકટરવૈદો (અહીં કોઈ વર્ણને ખોટું લગાડવાનો આશય નથી. ચિકિત્સક શબ્દમા વૈદ્ય, ડૉકટર, હકીમ, હોમિયોપથ-બધાનો સમાવેશ થઈ જાય છે)મા વધુ પડતો વિશ્વાસ મૂળ ઘાલી બેઠેલો

---

३ अन्तकाले च मामेव स्मरन्मुक्त्वा कलेवरम् ।
यः प्रयाति स मद्भावं याति नास्त्यत्र संशयः ॥५॥
यं यं वापि स्मरन्भावं त्यजत्यन्ते कलेवरम् ।
तं तमेवैति कौन्तेय सदा तद्भावभावितः ॥६॥
ગીતા-અધ્યાય ૮

છે. આ દવા સિવાય ચાલે જ નહિ, દવા સિવાય રોગો મટે જ નહિ, આ માન્યતાથી આજે દવાખાનાં ઊભરાવા લાગ્યાં છે. માનવ દેહમાં એવું એક તત્ત્વ છે જે રોગોમાત્રને દવા સિવાય મટાડી શકે છે એ મૂળ વાત જ ભુલાઈ ગઈ લાગે છે. આ તત્ત્વને આપણાં દર્શનોમાં **जीवनयोनि** નામે ઓળખાવવામાં આવેલું છે. **आत्मा**નો જ આ પર્યાય છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન (Automatic effort) સકલ શરીરના તંત્રયંત્રોનું નિયમન કરે છે. સુપ્ત દશામાં પ્રાણની ઊર્ધ્વગતિ, અપાનની અધોગતિ, શ્વાસોચ્છ્વાસ–બધું ચાલુ જ રહે છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન સર્વદા અતીન્દ્રિય છે—ચક્ષુગમ્ય નથીઃ—

यत्नो जीवनयोनिस्तु सर्वदाऽतीन्द्रियो भवेत् ।
शरीरे प्राणसंचारे कारणं परिकीर्तितम् ॥[४]

શરીરની સકલ ક્રિયાઓ–પ્રાણસંચારમાં આ જીવનયોનિ જ એક-માત્ર કારણ મનાય છે.

શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા, નિમેષોન્મેષ, મનની ગતિ, ઇંદ્રિયોના વિકાર, સુખ, દુઃખ, ઇચ્છા, દ્વેષ, પ્રયત્ન વગેરે અનુભવો આ સૌ આત્માનાં લક્ષણો છે.[૫] આ જ વાત ચરકે અને સુશ્રુતે પણ કહેલી છે.[૬] હિંદુ દર્શનશાસ્ત્રોમાં આ જીવનયોનિને ખૂબ જ મહત્ત્વ આપવામાં આવેલું છે. "જેવી રીતે ગૃહસ્વામી ભગ્ન ગૃહનો પુનરુદ્ધાર કરે છે, તેવી જ રીતે દેહાધિષ્ઠાતા આહારાદિદ્વારા શરીરનું પોષણ અને સંવર્ધન કરે છે. કોઈ અંગ બળી ગયું હોય તો

૪ न्यायसिद्धान्तमुक्तावली,

૫ वैशेषिक सूत्र ३ । २ । ४॥

૬ चरक શારીરસ્થાન અ.૧/૭૦-૭૨ सुश्रुत શા.૧/૧૭.

અંદરથી એ નવીન માંસથી ભરી દે છે. શરીરરૂપી ગૃહનો અધિષ્ઠાતા આત્મા જ છે એ આથી સિદ્ધ થાય છે.[૭]

આ ગૂઢ તત્ત્વનું વિસ્મરણ જ્યારથી થયું છે ત્યારથી મેડિકલ સાયન્સ ખૂબ ફાલ્યુફૂલ્યું છે. શ્રી અરવિંદે આ વાત તેમની લાક્ષણિક શૈલીમા સુંદર રીતે રજૂ કરેલી છે. તે કહે છે કે "આપણામાં રહેલ આ નિગૂઢ શક્તિ એ જ ખરો ડૉક્ટર છે અને તેના તરફનું સ્વાર્પણ એ જ રોગમાત્રની રામબાણ માત્રા છે વા ઇલાજ છે. મરણજીવનની ચિંતા મનુષ્યોએ રાખવાની જરૂર નથી. શરીરમાં રહેલા એ અનન્ત વિભુ જ કર્તું, અકર્તું, અન્યથા કર્તું સમર્થ છે તો પછી જોતજોતામાં ગભરાઈ જવાની શી જરૂર છે? દવાદારૂ તરફ મીંટ માડવા કરતાં એ શક્તિનું ધ્યાન ધરવું શું ઓછું શ્રેયસ્કર છે? લાખો ચિકિત્સકોના ઈલાજો કરતાં એ પરમાત્મશક્તિ ક્યાંયે ચઢિયાતી છે એમ આખરે તમને સમજાશે."

હજારો દવાઓની સહાયથી રોગ સારો કરવાની નેમ ચિકિત્સકોની હોય છે. પરન્તુ દવાઓ શરીરનો અધિષ્ઠાતા કે કુદરતનો સ્વામી નથી જ. એક વખત એવો હતો જ્યારે માણસ તંદુરસ્ત હતો પરન્તુ જ્યારથી મેડિકલ સાયન્સે આ પ્રિમિટિવ માણસના

---

૭ यथा गृहपतिः भग्नस्य गृहस्य निर्माणं करोति लघीयो वा गृहं वर्धयति देहाधिष्ठाता गृहस्थानीयस्य देहस्य आहारादिना वृद्धिमुपचयं करोति क्षतंच भेषजादिना प्ररोहयति भग्नंच करचरणादि संरोहयति तथा च गृहपतिरिव देहस्य अधिष्ठाता सिध्यति इति ॥

वैशेषिकसूत्रोपस्कार.

રોગો મટાડવા બીડું ઝડપ્યુ છે ત્યારથી જ એનુ સ્વાસ્થ્ય બગડયુ છે અને એ હજારો વ્યાધિઓમા સપડાયો છે.. ૮

આજના માનવના મનમા આ વાત ઠસાવવી મુશ્કેલ બની છે કારણ કે તેનામા રજ પણ આધ્યાત્મિકતા રહી જ નથી પ્રથમ દરદોના પ્રતીકાર કુદરતે આપેની ક્ષમતા૯ પોતે જ કરી લેતી આજે વ્યાધિનો ડર એટલો બધો દૃઢ થઈ ગયો છે કે આ સાદી વાત સમજાવવા માટે તેમના મગજમા કદાચ ઓપરેશન કરવુ પડે।

---

૮ The spirit within us is the only all efficient doctor and submission of the body to it the one true panacea

God within is infinite and self-fulfilling will Unaffected by the fear of death canst thou leave to Him, not as an experiment (but), with a calm and entire faith thy ailments? *Thou shall find in the end, He exceeds the skill of a million doctors*

Health protected by twenty-thousand precautions is the gospel of the doctors but it is not Gods evangel for the body, nor Nature's

Man was once naturally healthy and could revert to that primal condition if he were suffered, but medical science pursues our body with an innumerable pack of drugs and assails the imagination with ravening hordes of microbes

I would rather die and have done with it than spend *life* in defending *myself against a phantasmal siege* of microbes *If that is to be* barbarous, unenlightened, I embrace gladly my Cimmerian darkness

Advent-August 1953 Thoughts and Glimpses

૯ *Immunity* ઇમ્યુનીટી સમજવવા અટપટા શબ્દો આડંબર ઉપ-જાવવામાં આવેલો છે।

મૃત્યુનો ભય એ પણ આ અજ્ઞાન દશાનું જ પરિણામ છે. મૃત્યુનો મહિમા અપાર છે જીવનરૂપી મહાસાગરમા મૃત્યુ તો એક બુદ્બુદ માત્ર છે. મૃત્યુ ન હોત તો જીવન જ ન હોત. આથી કવિઓએ મૃત્યુને જ જીવનની સ્વાભાવિક સ્થિતિ લેખી છે અને જીવનને એક વિકૃતિ.[૧૦] ઘણા લેખકોએ મરણની પ્રશસ્તિ ગાયેલી છે.[૧૧]

મૃત્યુ વખતે લિંગશરીર–અતિવાહિક દેહ–શરીરમાથી છૂટું પડે છે. સાવિત્રી ઉપાખ્યાનમા 'અંગુષ્ટમાત્ર પુરુષ' નું વર્ણન છે તે આ જ છે. આ લિંગશરીર પોતાની સાથે સકલ સંસ્કારો વહન કરી જાય છે. 'જીવ' ની સદ્ગતિ માટે આ વાત સમજવી આવશ્યક છે. ગીતાએ મૃત્યુને 'દેહાન્તરપ્રાપ્તિ' તરીકે ઓળખાવેલું છે. ધીર લોકો આવા મૃત્યુનો શોક નથી કરતા. "મૃત્યુ મરી ગયું રે લોલ" ગાનાર કવિએ મૃત્યુના મહિમાને સારો ન્યાય આપેલો છે. તો આવા મંગલ મૃત્યુ વખતે માગલ્યની બધી સામગ્રી ધરવી જ ઉચિત છે શ્રી રામનારાયણ પાઠકે મૃત્યુ વખતના 'છેલ્લા દર્શન' નું સુંદર કાવ્ય આપણને આપ્યું છે તેથી જ આ લેખનો ઉપસંહાર કરીશુ.

ધમાલ ન કરો, જરાય નહિ નેન, ભીનાં થશો,
ઘડી બે ઘડી જે મળી, નયનવારિ, થંભો જરા;
કૃતાર્થ થઈ લો, ફરી નહિ મળે જ સૌન્દર્ય આ,
સદા જગત જે વડે હતું સહન્તુ માગલ્ય કો!
ધમાલ ન કરો, ધરો બધી સમૃદ્ધિ માંગલ્યની
ધરો અગુરુ દીપ ચંદન ગુલાલ ને કુંકુમ;

૧૦. मरण प्रकृतिः शरीरिणाम् विकृतिः जीवितमुच्यते बुधैः ॥
રઘુવંશમાં કાલિદાસ.

૧૧ 'મોત ઉપર મનન' આ પુસ્તક આ વિષે જોવા જેવું છે.

ધરો કુસુમ શ્રીફલો, ન ફરી જીવને આ થવો
સુયોગ અણમૂલ સુંદર સુહાગી માંગલ્યનો!
ધમાલ ન કરો, ન લો સ્મરણ કાજ ચિહ્‌ને કશું,
રહ્યું નિરુપમ જ અન્ત સુધી જેહ સૌન્દર્ય તે
અખંડ જ ભલે રહ્યું, હૃદયસ્થાન તેનું હવે
ન સંસ્મરણ વા ન કો સ્વજન એ કદી પૂરશે
મળ્યા તુજ સમીપ અગ્નિ! તુજ-પાસ જુના ધિયે
કહે તુજ અધિક ભવ્ય મંગલ નથી શું એ સુંદરી? ૧૨

મૃત્યુ વખતની ધમાલ કવિને પરિચિત છે. એટલે 'ધમાલ ન કરો' 'નયનવારિ થંભો જરા' એ દ્વારા આપણા આ સામાજિક દૂષણોનો ઈસારો કરેલો છે. મૃત્યુ વખતે માંગલ્યની બધી જ સામગ્રી ધરવા કવિ આપણને કહે છે. અગર, ચંદન, ધૂપ, દીપ, પુષ્પમાળાઓ વગેરે મંગલ ચીજો છે મરણ પામતા માણસ પાસે આવી ચીજો ધરવી જોઈએ એના ઓરડામાં સુગંધી ધૂપનો મઘમઘાટ, પુષ્પોનો પરિમલ અને નીરવ શાંતિ હોવાં જોઈએ. અથવા કોઈ આત્મોન્નતિકર વાચન વા ગાન ચાલવું જોઈએ. ઠેઠ સુધી દવાદારૂના રગડા, ઈન્જેકશનો વગેરેથી દૂર રહેવું જોઈએ દરદી તો બીચારો બેભાન વા અર્ધજાગ્રત અવસ્થામાં છેલ્લા શ્વાસ ઘૂંટતો હોય છે એના સગાવહાલાએ સમજવું જોઈએ કે જીવાત્મા દેહ છોડવાની તૈયારી કરે છે, દેહ પોતાની અહંતાને મૃત્યુની વેદીમાં હોમી રહ્યો હોય છે, પોતાના સમગ્ર ભૂતકાળનું ચિત્ર તે જોતો હોય છે; આવે વખતે પ્રભુની પ્રાર્થના, સુગંધી ધૂપ, ઘીનો દીવો, પુષ્પોનો પમરાટ—આ જ શોભે. ભગવાનના બોલ છે કે મૃત્યુ વખતે જે જે ભાવ સાથે મનુષ્ય જાય છે તે તે ભાવવાળો એ થાય છે આપણા જીવન ભલે દુઃખી હો, પરન્તુ આપણાં મૃત્યુ સુખરૂપ થાય એ સ્થિતિ સર્જવી આવશ્યક છે.

---

૧૨ શેષનાં કાવ્યો રામનારાયણ વિ. પાઠક

૪૩ : રેતીના ઢુઆઓ

ગુજરાતી વનસ્પતિશાસ્ત્રી શ્રી જયકૃષ્ણભાઇ ઇન્દ્રજીએ કચ્છ-માંડવી આગળ રેતીના ઢુઆઓ (Sand Dunes) દબાવવા જે ભગીરથ પ્રયત્ન આદર્યો હતો, અને એમા ઘણી સારી રીતે ફતેહમંદ પણ થયા હતા. એનો કંઇક ઝાંખો ખ્યાલ આપવાના ઇરાદાથી આ લેખ લખવા પ્રવૃત્ત થયો છું.

ગુજરાતના લોકો માટે ઢુઆ શબ્દ તદ્દન નવો છે. સમુદ્ર-કિનારે રહેતા કાઠિયાવાડીઓ અને કચ્છીઓને ઢુઆ શબ્દ પરિચિત છે. ઢુઆનો સાદો અર્થ રેતીના ઢગલા એવો થાય છે.

નદીઓનાં પાણીનાં પૂર સમુદ્રમાં ઠલવાય છે એ સાથે નદીની રેતી પણ સમુદ્રમાં જાય છે. આ રેતીને સમુદ્રકિનારે કાઢી નાખે છે. કિનારે જમા થયેલી રેતીને પવનના ઝપાટા દૂર દૂર સુધી ઉડાડે છે અને પરિણામે સમુદ્રકિનારા આગળ રેતીના ઢગના ઢગ જામેલા નજરે પડે છે. કાઠિયાવાડના કિનારા ઉપર આવી જાતના રેતીના ઢગ હાલમાં જુજ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે, પણ કચ્છના સમુદ્ર-કિનારા ઉપર રેતીના ઢુઆ ખૂબ જ જોવામાં આવે છે.

આ દુનિયાની સાત ટકા જેટલી પૃથ્વીની સપાટી રેતીના ઢુઆ-ઓથી વ્યાપ્ત થયેલી છે. ન્યૂઝીલેંડમાં ઊડતી રેતીનો વિસ્તાર ત્રીસ હજાર એકર જેટલો છે અને તેને કેમ અટકાવવી તેના વિચારમાં ત્યાંના બુદ્ધિવાન સ્ત્રીપુરુષો પડેલાં છે. હોલાંડ દેશનું અસ્તિત્વ આ રેતીના ઢુઆના સુરક્ષિતપણા ઉપર જ નિર્ભર છે. હોલાંડમાં રેતીના ઢુઆઓને સાચવવામાં આવતા ન હોત તો આજે નકશામાંથી હોલાંડ નામ ભૂંસાઈ ગયું હોત. ઇજિપ્તના દરિયાકિનારા ઉપર રેતીના ઢુઆનું અસ્તિત્વ ન હોત તો આજે ઇજિપ્ત ન હોત અને ફળદ્રુપ નાઇલ પ્રદેશ આજે સાવ ડુંગરાઉ મુલક બની ગયો હોત.

એક રીતે જોતાં આ રેતીના ઢુઆ ઘણા ઉપયોગી છે. સમુદ્રને આગળ વધતો અટકાવનાર આ ઢુઆ જ છે. ઢુઆ ન હોત તો સમુદ્રનો વિસ્તાર આજ છે તેના કરતાં અતિ ઘણો વધી ગયો હોત.

જેણે કચ્છ માંડવી જોયું હશે તેને સ્ટીમરમાંથી ઉતરતાં વેંત જ રેતીના ઢગોનાં દર્શન થયાં હશે. કેટલાંયે મકાનો રેતીમાં દટાઇ ગયાં છે એ હજી પણ જોઇ શકાય એમ છે. જ્યારે પવનના સુસવાટા વાતા હોય ત્યારે રેતીના કણોને ઊડતા આપણે જોઇ શકીએ છીએ. આવું છે છતાંયે માંડવી આગળના રેતીના ઢુઆઓને અટકાવવાનો અથવા તો ઢુઆની ઊડતી રેતી દબાવવાનો પ્રયત્ન રાજ્ય તરફથી થયો નથી.

માંડવીની પશ્ચિમમાં પાંચ માઇલ દૂર કાદડા રાજમહેલ આવેલો છે. કાદડા ગામના નામ ઉપરથી રાજમહેલ કાદડા–રાજમહેલ નામે ઓળખાય છે. આ મહેલ સમુદ્ર–તટ–નિવાસ (Seaside Residence) છે અર્થાત સમુદ્રકિનારાની ઉપર જ બાંધવામાં આવેલો છે. મહેલ બાંધવો શરૂ થયો હતો પણ પાસે જ અતિ નિકટમાં આવેલા ઢુઆઓ ઉપરથી ઊડતી રેતી જો ન અટકાવી શકાય તો મહેલમાં વસવું મુશ્કેલ થઈ પડે એમ નામદાર યુવરાજ કુમારશ્રીને લાગ્યું એટલે એ રેતી કેમ અટકાવવી તેના વિચારમાં તેઓશ્રી પડયા. બેત્રણ સારા વિદ્વાન યુરોપિયન એન્જીનિયરોની સલાહ લીધી. એ સાહેબોએ કરોડો રૂપિયાનો અંદાજ દર્શાવ્યો અને નાની રેલ નાંખીને રેતીને ડબાઓમાં ભરીને પહાડોની ખીણોમાં ઠાલવવી એવો વિચાર દર્શાવ્યો. કચ્છના નામદાર મહારાવશ્રી જેવા ચતુર અને દીર્ઘદૃષ્ટિવાળા પુરુષે એન્જીનિયરોની બુદ્ધિની કસોટી કરી લઇને તેમને વિદાય કર્યા. પર્વતની ખીણોમાં રેતી ઉપાડી ઉપાડીને ભરવી એ કામ કેટલું અશક્ય છે એ ચતુર મહારાવશ્રી તરત જ સમજી ગયા.

થોડા વખત પછી કચ્છના મહારાવશ્રીએ જયકૃષ્ણભાઇને તેડાવ્યા, બધી ઘટના કહી સંભળાવી અને તેમનો પોતાનો અભિપ્રાય

જાણવા ઇચ્છા દર્શાવી. જયકૃષ્ણભાઈને યુરોપિયન એન્જીનિયરોની યોજનાથી ખૂબ જ હસવું આવ્યું. છેવટે તેમણે પોતાની યોજના-યોજના જેવું તો કંઇ ન હતું-કેવળ વિચાર જ દર્શાવ્યા.

જયકૃષ્ણભાઇ ૧૯૫૩ માં કચ્છ ગયા અને કાઠડા રાજમહેલ આગળના રેતીના ઢુઆઓ દબાવવા, ઊડતી રેતી અટકાવવાના કાર્યમાં લાગ્યા.

પોરબંદરમાં ઊડતી રેતી અટકાવવા માટે જયકૃષ્ણભાઇએ પ્રયાસ કર્યો હતો અને તેમાં તેમને સારી ફતેહ મળી હતી. આ જ ઉપરથી જયકૃષ્ણભાઈએ કચ્છમાં આવી આ ભગીરથ કાર્ય ઉપાડવાની હિંમત ધરી હતી.

આલ્ફ્રેડ કેરી નામનો વિદ્વાન લખે છેઃ

"કુદરતના નિયમોને વશવર્તી થવાથી જ કુદરત ઉપર વિજય મેળવાય છે. જ્યાં સુધી માણસ આજ્ઞાપાલનનો પાઠ શીખતો નથી ત્યાં સુધી માણસ કુદરતના પૂતળા જેવો જ રહે છે." *

જયકૃષ્ણભાઈએ ઢુઆઓનું નિરીક્ષણ કરવા માંડયું. ઢુઆ ઉપર અને તેની આસપાસની જમીન ઉપર કુદરતી રીતે શું શું ઊગે છે તે તેમણે જાણી લીધું. ઢુઆની રેતી ઊડતી અટકાવવી હોય તો શું કરવું જોઇએ એનો પણ એમણે પરિસ્થિતિનો વિચાર કરીને અભ્યાસ કરવા માંડયો. શરૂઆતમાં તેમણે એ કામ કરવા માટે રાજ્યની પરવાનગી માગીઃ— (૧) ઢુઆની જગા બહુ જ સુરક્ષિત (strickly reserved) રાખવી. આ પહેલાં ઢુઆઓ દરેક માણસ તેમ જ પશુ માટે ખુલ્લા હતા. ઢોર કુમળા નાના છોડવાઓને જડમૂળથી ઉખેડીને ખાઈ જતાં હતાં. છોડ વધારે મજબૂત હોય અને મૂળ સાથે ઊપડી આવે એવો ન હોય તેની ડાળીઓ, પાન વગેરે ખાઇ

---

* "Nature is conquered by obeying her, and man is but her puppet until he learns the lessons of obedience."

જતાં. થેાડાંક ગુંદી, સમડી જેવાં નાનાં ઝાડવાંને લેાકેા બળતણુ માટે કાપી લઈ જતા હતા. આ બધા માટે ઢુઆઓને બહુ જ સુરક્ષિત રાખવાની જરૂર જણાઇ અને તે માટે રાજ્યે રજા પણુ આપી. અને (૨) રાજમહેલની પશ્ચિમ દિશામાં ઢુઆઓની પાસે જ થેાડાં ખેતરેા આવેલાં છે. ચેામાસામાં જ આ ખેતરેામાં મઠ, મગ જેવું કંઇ વાવવામાં આવતું અને બાકીના આઠ માસ સુધી આ ખેતરેા ખાલી પડી રહેતાં. રેતાળ જમીનને ખેડવામાં આવતી હતી એટલે પાક લઇ લીધા પછીથી આ ખેતરેામાંથી રેતી અને ધૂળ ખૂબ જ ઊડતાં જે રાજમહેલ આગળ કામ કરતાં સ્ત્રીપુરુષેાને ખૂબ જ ત્રાસ આપતાં હતાં. વળી ઢુઆઓ ઉપરથી રેતી ઊડી આવીને આવાં ખેતરેામાં ભેગી થતી એટલે કેટલીક જગાએ રેતીના મેાટા ઢગ પણુ જામ્યા હતા. આને માટે રાજ્ય તરફથી આવાં બધાં ખેતરેા યેાગ્ય વળતર આપીને ખરીદી લીધાં. આ ખેતરેા માણુસ તેમ જ પશુઓથી રક્ષિત (*reserved*) રાખવા માટે પરવાનગી માગવામાં આવી જે મળી હતી. આ માટે સખત મહેનત કરી શકે એવા કેટલાક રખવાળેા રાખવામાં આવ્યા હતા.

આવી રીતે રક્ષિત થયેલા પ્રદેશેામાં વરસાદ થયા પછીથી નવી નવી વનસ્પતિઓ આપેાઆપ ઊગવા લાગી; અને જે વનસ્પતિનાં મૂળિયાં જમીનમાં હયાત હતાં, જેને ઢેાર ઊખેડી શકયાં ન હતાં, તે પણુ લીલીછમ થવા લાગી. આને લીધે એક વર્ષમાં તેા ઘણીયે નવી નવી વનસ્પતિઓ ઊગી નીકળી અને ઘણાખરેા ભાગ તેા લીલેાછમ છવાઇ રહ્યો. આપેાઆપ ઉગી નીકળેલી આ વનસ્પતિઓની એક યાદી જયકૃષ્ણભાઈએ કરી લીધી અને બીજી કેટલીક નવીન વનસ્પતિઓની યાદી પણુ તેમણે તૈયાર કરી.

પેારબંદરમાં ઊડતી રેતી અટકાવવા માટે તેમણે જુરી (*Casuarina*), ખજૂરી, નાળિયેરી, પારસપીપળેા, લીંબડેા, કરંજ વગેરે ઝાડેાનેા ઉપયેાગ કર્યો હતેા, એટલે અહીંઆં પણુ એ બધાં ઝ

વાવવાં શરૂ કર્યાં. પણ પોરબંદરમાં રેતીના ઢુઆઓ આટલા મોટા ઊંચા ન હતા તેમ જ રેતી પણ આટલી છૂટી (loose) ન હતી, એટલે પોરબંદરનો અનુભવ કચ્છમા કામ ન આવ્યો. પરિણામે નવા ઝાડો રોપવાની યોજના પડતી મૂકવામા આવી અને જે જે ઝાડ-છોડ ફૂટી નીકળ્યા હતા તે બધાની રક્ષા પાછળ ખૂબ જ ધ્યાન આપવામા આવ્યુ.

પશ્ચિમ દિશા તરફ જે ખેતરો હતા, ત્યાથી પવન ખૂબ જ ફૂંકાતો હતો, એટલે એ દિશા તરફ, રાજમહેલની સામે કેટલાંક ઝાડોની હારા (Shelter Belts) બનાવવામા આવી. આવી હારો નીચે પ્રમાણે બનાવવામા આવી હતી :—

પહેલી હાર—વડની. દરેક વૃક્ષ ૪૦ ફીટને અંતરે વાવવામાં આવેલુ. દર બે વડની વચ્ચેની જગામા લાસો કેવડો (Spinless Pandanus) વાવવામા આવેલો.

બીજી હાર—ખરસાંડી થોરની. અખંડ વાડ જ કરવામાં આવી હતી.

ત્રીજી હાર—ખજૂરીની.

ચોથી હાર—કરંજ, જુરી, પારસપીપળાની.

પાંચમી હાર—ખજૂરી (Phaenix Dectylifera) ની.

છઠ્ઠી હાર—આવળની.

સાતમી હાર—ખજૂરીની.

આઠમી હાર—વડની

નવમી હાર—વડ-કરંજની.

દશમી હાર—દીવેલા અને નાળિયેરીની.

આ દરેક હાર વચ્ચે દશ ફીટનું અંતર રાખવામાં આવ્યુ હતું. આ ઝાડોને લીધે પવન રોકાવા લાગ્યો અને ઊડતી આવતી રેતી પણ આગળ આવતી બંધ થવા લાગી. આ હારોની પાછળનાં ખેતરોમાં વિવિધ જાતની વનસ્પતિઓ આપોઆપ ઊગી નીકળી હતી અને બીજી કેટલીક વનસ્પતિનાં બીજ ત્યા વેરવામાં આવ્યાં હતા.

પહેલા એ ખેતરોમા ઝીણી બોરિ ગણી (Solanum Minimum) ઉગેલી જોવામા આવી હતી એ જ જગા રક્ષિત બન્યા પછીથી પહેલે જ વર્ષે તેમા ભાખો (Indigofera Cordifolia) થયો બીજે વર્ષે આપોઆપ ભાખો ઓછો થયો અને તેની જગાએ દુર્વા અને શરપુંખ તેમજ રણમેથી (Crotalaria Medicaginia) ઊગ્યા ત્રીજે વર્ષે એ જ જગાએ દુર્વા ઘણી ઓછી થઈ ગઈ, ભાખો તદ્દન નહિ જેવો જ દેખાયો અને તેને બન્ને શરપુ ખાનુ વન થઈ ગયુ આ નિરીક્ષણ ઉપરથી જયકૃષ્ણભાઈએ જાણ્યુ કે સશસ્ત્ર માણસો જેમ નિર્બળ માણસોને હાંકી કાઢીને પોતાનો પગપેસારો કરે છે તેમ જ નાના દુર્બળ છોડવાઓને હાંકી કાઢીને મોટા સશક્ત છોડવાઓ પણ પોતાનુ સ્થાન જમાવે છે કુદરતનુ નિરીક્ષણ કેટલુ બોધપ્રદ છે તે આ ઉપરથી સમજાય છે

અત્યારે આ બધા ખેતરો લીલાછમ થઇ ગયા છે, વચ્ચે વચ્ચે ખડા થયેલા રેતીના ઢગો પણ વનસ્પતિથી છવાઇ ગયા છે, રેતીનો કણ સરખો ઊડી શકતો નથી અને દર વર્ષે દૂર દૂરથી પશુ માણસ કે પવનને લીધે નવીન બીજો ત્યા આવીને પડે છે અને નવીન નવીન છોડ દેખા દે છે મહેલ ઉપરથી પશ્ચિમ દિશા તરફ જોવાથી હવે આંખને તૃપ્તિ થાય એવી લીલોતરી જણાય છે પહેલા આ ખેતરો કેવા હતા અને અત્યારે કેવા થયા છે એ જેણે જોયુ છે તે ઘડીભર ચકિત નયને આ દૃશ્ય જોઇ રહે છે અને જયકૃષ્ણભાઇની વાહવાહ ઉચ્ચારે છે

સમુદ્રકિનારા ઉપર આવેલા રેતીના ઢુઆઓ જેમા કેટલાક ૮૦-૮૫ ફીટ જેટલા ઊંચા છે, તેની ઉપર પણ આ જ પદ્ધતિએ વનસ્પતિઓ ઉગાડવામા આવી હતી પહેલે વર્ષે જે જે વનસ્પતિ વરસાદ પછી ઊગી નીકળેલી તેની નોંધ રાખવામા આવી હતી બીજે વર્ષે એ વનસ્પતિઓનો વિસ્તાર ખૂબ જ વધારો હતો ઢુઆ ઉપર ઊગતી વનસ્પતિઓ જાતે જોયા સિવાય વાચકોને તેનો પૂરો ખ્યાલ

નહિ આવે આ વિષે હું આખો ગ્રન્થ ભરાય એટલું લખું તો પણ તેની ખરી કલ્પના વાચકોને નહિ આવે આ બધી વનસ્પતિઓ જે કામ કરે છે તે જોઇને તો પ્રભુની અગાધ લીલાનો આપણને સુંદર પરિચય મળે છે કયાં ૬૦-૭૦ ફીટ જેટલા ઊંચા રેતીના ઢગ અને કયાં તેની ઉપર એકાદ મોથ જેવી નાની વનસ્પતિનું ઊગવું! પ્રથમ તો એ ત્યાં શી રીતે ઊગી હશે તે જ આપણને નવાઇ લાગે છે એટલી ઊંચાઇએ એવડી નાની વનસ્પતિએ પાણી કયાંથી મેળવ્યું ? અને રેતીમાં પોતાના મૂળ કેટલે ઊંડે ઘાલ્યા હશે! મેં આ હુઆ ઉપરની દશમાર વનસ્પતિઓના મૂળ કેટલે ઊંડે સુધી સુધી પથરાયેલા તે જોવા માટે જાતે તે ખોદી જોયા છે ઉપરથી નાનીશી દેખાતી મોથના મૂળિયા જ્યારે ખોદવા બેઠો ત્યારે નીચે મૂળિયાના અસંખ્ય ફાટાઓ, એકબીજામાં ઘૂંચાયેલા અને એવી રીતે જાળું થયેલા જણાયા ચારપાંચ હાથ જેટલું ખોદ્યો પણ તેનો અંત ન આવે! એક મૂળિયામાંથી હજારો રેસાઓ અને નાના વાળ જેવા મૂળિયા (root-hairs) દૂરદૂર સુધી લંબાય છે અને એવી રીતે નીચેથી રેતીને જાણે કે બાંધી જ લેતા હોયને એમ જણાય છે

એક ખીંપ(Leptadania Jaquemontii) પોતાનો જે વિસ્તાર ફેલાવે છે તે જોઇને પણ આશ્ચર્યમાં ગરકાવ થવાય છે સોદોઢસો ફીટ જેટલે અંતરે તે પોતાના મૂળિયા ફેલાવે છે અને એક છોડથી સો ફીટને અંતરે બીજો છોડ અચાનક આપણા જોવામાં આવે છે આ બધું સમજાતું ન હતું એટને જયકૃષ્ણભાઈએ એક ખીંપના મૂળિયા ખોદાવી જોયા હતા તમે ખોદ્યા જ જાઓ ખોદતા તમે થાકી જાઓ પણ મૂળિયાનો પત્તો ન જ લાગે બસો ફીટ જેટલે દૂર ખીંપ પોતાના મૂળિયા વિસ્તારે છે અને મૂળ જોયું હોય તો પાણીથી ભરેલું, લીલું છમ!

નાની બુર (Aerva Monsonia)નો છોડ ઓહોહો! શો સુંદર જણાય છે! એનો સફેદ પુષ્પમંડપ જોઈને ત્યાંથી

ખસલું ગમતું નથી. જમીન ઉપર આ છોડ બહુ તો ૩ થી ૬ ફીટ જેટલો ઊંચો દેખાય છે પણ એનાં મૂળિયાં પણ ૪૦-૫૦ ફીટ જેટલાં લાંબાં જોવામાં આવે છે. મૂળ દૂર દૂર લંબાતાં જાય, અમુક અમુક અંતરે ઉપરથી ફણગા ફૂટતા ચાલ્યા જાય છે!

બેઠી સમડી (Prosopis Stephaniana) ઘણાખરાએ જોઈ હશે. જમીન ઉપર તેનું એક નાનુંશું જાળું જામેલું ઘણાએ જોયું હશે. આનાં મૂળ કોઈએ જોયાં છે? આ સમડીનાં મૂળિયાં જમીનમાં ૫૦-૬૦ ફીટ જેટલે ઊંડે ગયેલાં હોય છે. અમુક ફીટ મેદો કે એક મૂળિયાંનું ચક્ર જણાશે. જાણે કે પહેલો માળ! પછી ાાનું મૂળ નીચે ઊતરે છે અને અમુક ઊંડાણ પછી બીજો માળ માવે છે. આવા કેટલાયે માળો રચીને સમડીનું ઝાડ પોતાનું મસ્તિત્વ ટકાવે છે. ઉપરથી નાનું દેખાય પણ અંદરથી જોતાં જ ાનો વિરાટ વિસ્તાર જણાય છે, અને આ સાથે ગર્ભમાં અગ્નિ સિંચિન ાખે છે. આવો એક સમડીનો છોડ ઊગી નીકળ્યા પછી તે પોતાનો વેસ્તાર ફેલાવવા માગે છે. મૂળિયાં આડેઅવળે લંબાવીને દૂરદૂર ણગા ફૂટે છે અને એક માતાની આસપાસ જેમ ૧૦-૧૨ સંતાનો ાંટાઈ વળે તેમ એક મૂળ વૃક્ષની આસપાસ બીજાં ૧૦-૧૨ ઝાડવાં ાગેલાં જણાય છે. ઊડતી રેતી અહીં આગળ પડે છે. સમડીનાં ાન તેના ઉપર ખરે, ભેજ થાય, રેતી દબાય અને આજુબાજુની મીન કરતાં એ જમીન ઊંચી થયેલી જણાય. આ શમીજુથમાં છી બીજી વનસ્પતિનાં બીજ આવી આવીને પડે છે અને તેની ાયામાં પોતાનું નવજીવન શરૂ કરે છે. દીર્ઘમૂલા અને અગ્નિગર્ભા ા શમીને જોતાં વેંત જ મને મનુષ્યનું જીવન કેવું હોવું જોઈએ નો ખ્યાલ આવે છે. બહારથી નાનું, આડંબરહીન અને શાંત તાં અંદરથી પ્રચંડ અગ્નિને ધારણ કરી રાખતું આ ઝાડ જોઈને ાણસો ઘણું નવું શીખી શકે એમ છે. જયકૃષ્ણભાઈ શમીને વિનોદમાં ાગિરાજ કહે છે-ખરેખર નામ સાર્થક છે.

રેતીના ઢુઆઓ ઉપર ઊગતી વનસ્પતિઓની યાદી અહીં નહિ આપું. તે લાંબી જગા રોકે એમ છે. આ દરેક વનસ્પતિ તરેહતરેહની યુક્તિપ્રયુક્તિથી પોતાનું જીવન ટકાવીને રેતીને દબાવે છે.

ઢુઆ એટલે શું, તેનો વિસ્તાર કયા સુધી, તેના પેટા ભાગો, બે ઢુઆ વચ્ચેનો ભાગ–વગેરે વર્ણન આવા નાના લેખમાં ન આપી શકાય છતા પણ એટલું જાણવું જરૂરી છે કે ઢુઆનુ શિખર, ઢુઆની તળેટી, બે ઢુઆની વચ્ચેની ખીણ, સમુદ્રનાં પાણીથી તે ઢુઆ સુધીનો પ્રદેશ–આ બધાનું નિરીક્ષણ પણ પણ ઘણું જ નવું શીખવે છે. જે વનસ્પતિઓ આપણે તળેટીમા (Resting sand plain) જોઈએ છીએ તે ઢુઆઓ ઉપર (Shifting Dunes) જોવામા નથી આવતી. તળેટીમાં જે વનસ્પતિઓ જોવામાં આવે છે તે બે ઢુઆઓ વચ્ચેના ખીણવાળા ભાગમાં નથી જોવામાં આવતી, પણ તેની જગોએ તદ્દન નવીન જ વનસ્પતિઓ ત્યાં ઊગેલી હોય છે. અને ખીણમાં ઊગતી વનસ્પતિઓ સમુદ્રથી શરૂ થતા ભાગમા નથી જણાતી. વનસ્પતિઓ પણ યોગ્ય સ્થાન શોધી કાઢવાની બુદ્ધિ ધરાવે છે એ જોઈને, જાણીને, પ્રભુની અકલ કળાનો કંઈક ખ્યાલ આપણને આવે છે.

મેં અગાઉ કહ્યું તેમ કુદરત પોતે જ ઘણુંખરું કામ તો કરે છે. માણસો તો ફક્ત કુદરત શું કરે છે તે જ જોવા લાગે તો તેમને ઘણું ઓછું કરવાનું રહે છે. ઢુઆઓ રક્ષિત બન્યા પછીથી આપોઆપ છોડઝાડ ફૂટી નીકળ્યા હતા. પણ રેતી ઊડી આવીને તે છોડને દબાવી ન નાખે એ માટે મનુષ્ય બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી શકે તો તે કુદરતના કામને ઘણી જ સહાય કરી શકે. જયકૃષ્ણભાઈએ આને માટે પણ ઘણું કર્યું છે કુંવારના ૪–૪ ફીટના ચોરસ બનાવીને તેમા ઝાડનાં સૂકા પાદડાનું ખાતર નાખીને ચોમાસા વખતે તેમાં વિવિધ જાતના બીજ વેરતા. કુંવારના કયારાઓમા વરસાદ પછીથી ઘણા છોડ ઊગી નીકળ્યા હતા. કુંવારને રેતીવાળી જમીન ખૂબ

જ માફક આવે છે શરૂઆતમા તેને ઉછેરવા સહેજ કાળજી રાખવી પડી છે પણ એક વખત જામી ગયા પછીથી તે સહેનાઇથી મરતી નથી તે પણ આજુબાજુ બીજા નના ફણગા ઉત્પન્ન કરી શકે છે. રેતી ઉડી આવીને કુવાર આગળ જામે છે આજુમાજુની જમીનમા ઊગતી વનસ્પતિના બીજ પણ ઊડી આવીને આ કયારાઓમા પડે છે અને એમ નવીનવી વનસ્પતિઓની વૃદ્ધિ થયા કરે છે એક **તલવારડી** જેને ગૂજરાતમા આબ્બો કહે છે તે એક વખત ઊગ્યા પછીથી કોઈ અજબ રીતે પોતાનો વિસ્તાર ફેનાવી શકે છે આવો એક છોડ જોતજોતામા આખો ઢુઓ ઢાકી દે એટલો લાબો વધી શકે છે!

જયકૃષ્ણભાઈએ કુદરતનું કામ જોઈ જોઇને ઘણું નવુ ગ્રહણ કર્યું છે અને પછી પોતાની બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરીને કુદરતને ઘણી સહાય કરી આપી છે કેટલાયે નવીન છોડઝાડ તેમણે રેતીના ઢુઆઓ ઉપર વાવેના છે એ બધાની યાદી આપતા સહેજે પાચ ૭ પાના ભરાય

કયા ચાર વર્ષ ઉપરના રેતીના ઢુઆઓ અને કયા આજના વનસ્પતિથી આચ્છાદિત થયેલા લીનાછમ ઢુઆઓ! અજાણ્યા માણસને એ લીલીછમ ટેકરીઓ જ લાગે! થોડા વર્ષો પછી એ ઢુઆઓને કોઈ ઢુઆ તરીકે નહિ ઓળખે પણ ડુ ગર તરીકે ઓળખશે અને હવે જે વનસ્પતિઓ ત્યા ઊગી છે તે દૂરદૂર ફેનાઈને આખા કચ્છ કિનારાના ઢુઆઓને ઢાકી દેશે અને ઊડતી રેતીને અટકાવી આખા રાજ્યની પ્રજાને અનેક રીતે ઉપકારકર્તા થશે જયકૃષ્ણભાઈના આ મૂક કીર્તિસ્તભો છે જયકૃષ્ણભાઈએ તેમની જન્મભૂમિ કચ્છની સુદર સેવા બજાવી છે, અને આ કામનો તેમને પોતાને પણ સતોષ છે.

"ટાઈમ્સ ઓફ ઇન્ડિયા" (જુનાઈ ૧૫, ૧૯૭૭) મા 'The Conquest of the Dunes' (રેતીના ઢુઆઓ ઉપર વિજય) એ નામનો એક લેખ કોઇ ઉત્સાહી અને જિજ્ઞાસુ યુરોપિયન વિદ્વાને લખ્યો છે. શોકની વાત છે કે આપણા કોઈ હિદીને જયકૃષ્ણભાઈના

આ ભગીરથ કાર્યની નોધ લેવાનુ સૂઝયુ નથી. ખુદ માડવીના વતનીઓને પણ આ વાતની કઈ પડી નથી. યૂરોપિયન લેખકે એ ટૂંકા લેખમા હુઆ પાછળ જયકૃષ્ણભાઈએ જે અથાગ મહેનત લીધી છે તેની અને જયકૃષ્ણભાઈના જ્ઞાનની ઠીક નોધ લીધી છે. લેખકના થોડાક વાકયો ઉતારી આ લેખ પૂરો કરુ છુ :—

* "..... કલ્પી ન શકાય એવુ પરિણામ આવેલુ છે ...... જયકૃષ્ણભાઈએ વિવિધ જાતના ઘાસ, લતા, ગુલ્મ, વૃક્ષો ઇત્યાદિ રેતીના હુઆઓ ઉપર ધીરે ધીરે ઉગાડયા છે અને હજીયે ઉગાડે છે તે જોઈને સાધારણ માણસ તો આશ્ચર્યચકિત જ થઈ જાય છે.

ઊડતી રેતીના મોટા ઢગોને કેમ દાબવા એ પ્રશ્ન ઊઠે છે. જયકૃષ્ણભાઇ એ વિકટ કામથી બી જાય એવા નથી"...... આ ભયાનક અને પ્રચડ કાર્યને પહોચી વળતા જયકૃષ્ણભાઈને સરસ રીતે આવડે છે."



૪૪ : દેશી દવાઓની સમિતિઓ

'કમિટીઝ ઓન ધી ઈન્ડીજિનસ સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન' આ અગ્રેજીનુ ભાષાતર જ 'દેશી દવાઓ સબધી નિમાયેલી

"* The result has already exceeded expectations. ... Any layman would be bewildered by the great number of various grasses, creepers, bushes and trees of which Mr. Jaykrishna knows and which he is steadily introducing or encouraging

The question remains how to deal with the huge domes of the moving dunes Mr. Jaykrishna is not one to be staggered by the problem . .He knows how to tackle and eventually bring of anchor these elephantine dangers" (The Times of India-July 15, 1927)

સમિતિઓ' છે. દેશી દવાઓ કરતાં 'દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિ' શબ્દ વધુ અર્થયુક્ત છે. દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓમાં આયુર્વેદ, યુનાની અને સિદ્ધ ત્રણ પદ્ધતિઓનો સમાવેશ થાય છે. યુનાનીનો અર્થ થાય છે ગ્રીક દેશની. ખરા રીતે તો યુનાની-તિબ્બ (તિબ્બ=દવા–Medicine) એવું નામ હકીમો વાપરે છે. પ્રાચીન ગ્રીસમાં યુનાન (Ionia) નામનો પ્રાંત હતો તે ઉપરથી એટલે કે ગ્રીક દવાશાસ્ત્ર ઉપરથી યુનાની વૈદું અસ્તિત્વમાં આવ્યું છે. યુનાની વૈદક, તેને આપણે ગ્રીક વૈદું ગણીએ કે હકીમાત વૈદું ગણીએ, બન્નેનું ઉદ્‌ગમસ્થાન તો આયુર્વેદ જ છે એમ હવે અનેક વિદ્વાનોએ નક્કી કરેલું છે. એટલે યુનાનીને જુદું ગણવાની જરૂર નથી.[1] સિદ્ધ સંપ્રદાય દક્ષિણ ભારતના કેટલાક ભાગોમાં પ્રચલિત છે. પરંતુ ખરી રીતે સિદ્ધ એ પણ આયુર્વેદનો જ ભાગ છે. વૈદ્યોનો ત્રિદોષવાદ સિદ્ધ સંપ્રદાયીઓને પણ માન્ય છે. ૧૯૪૭માં સિલોન સરકારે નીમેલ કમિશન (સિલોન કમિશન ઑન ઇંડીજિનસ મેડિસિન) માં સિદ્ધને આયુર્વેદમાં જ ગણી લીધેલ છે. એટલે પ્રશ્નાવલીમાં ખરી રીતે આયુર્વેદ સંબંધી નિમાયેલી સમિતિઓ એવું જ મથાળું રાખ્યું હોત તો ઠીક થાત. અસ્તુ.

બ્રિટિશ અમલ દરમિયાન આયુર્વેદનું ગળું ઘૂંટવાના ઠીક ઠીક પ્રયત્નો થયા છે એ વાત સૌને સુવિદિત જ છે. આયુર્વેદમાં કંઈ એવું તત્ત્વ હતું જેને લઈને તે જીવતું રહી શક્યું. બીજી કોઈ ચિકિત્સાપદ્ધતિ હોત તો તે સાવ મરી પરવારી જ હોત. ગમે તેવી તેની હીન દશામાં પણ કેટલાક ગણ્યાગાંઠ્યા વૈદ્યોએ આ વિજ્ઞાનને જીવતું રાખ્યું છે અને અંગ્રેજોના આટઆટલા પ્રયત્નો છતાંય હિંદમાં

૧. ત્રિવેન્દ્રમ્ મુકામે ભરાયેલ નિખિલ ભારત આયુર્વેદ મહાસમ્મેલન (૧૯૫૫)ના અધ્યક્ષીય ભાષણમાં પં. શિવશર્માજીએ આ ઉપર વિસ્તારથી ઉહાપોહ કરેલો છે અને યુનાનીને આયુર્વેદથી ભિન્ન ગણવાની જરૂર જ નથી એમ દાખલાદલીલોથી સિદ્ધ કર્યું છે

વસ્તીનો મોટો ભાગ, ૮૦ ટકા જેટલા લોકો, આયુર્વેદની જ દવાઓ આજે પણ કરે છે એમ સૌને કબૂલ કરવું પડયું છે[૧] ભોર કમિટીના રિપોર્ટમાં પણ એ સમિતિ (રિપોર્ટ ઑફ ધ હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી–આ કમિટી જ ભોર કમિટી તરીકે ઓળખાય છે) સ્વીકારે છે કે 'દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ આજે પણ ગરીબ અને શ્રીમંત બન્ને વર્ગો ઉપર જે અસાધારણ કાબુ ધરાવે છે તેનો અમે સહર્ષ સ્વીકાર કરીએ છીએ આ પદ્ધતિઓની દવાઓ ઘણી સસ્તી છે એનો પણ અમે સ્વીકાર કરીએ છીએ વળી અમે એ વાતનો પણ સ્વીકાર કરીએ કે ગતાનુગતિક–પેઢી દરપેઢી ઊતરી આવેલું આ જ્ઞાન સૈકાઓથી ભેગું થઈથઈને ખૂબ જ સમૃદ્ધ થયેલું છે અને વનસ્પતિ, ખનિજ અને પ્રાણિજ દવાઓના ગુણદોષ ઉપર એણે ખૂબ જ પ્રકાશ નાખ્યો છે; વળી ખૂબ જ વૈદ્યકીય ઇતિહાસ જ્યારે પણ લખાશે ત્યારે હિંદની આ પદ્ધતિઓએ ભજવેલો ભવ્ય ભાગ અવશ્ય પોતાનું સ્થાન પામશે જ.'[૨]

પ્રાચીન કાળમાં આ ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનો પ્રભાવ દૂરદૂરના દેશો ઉપર પડેલો છે. અર્થાત્ એનું ઋણ આજે પણ ઘણી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ સ્વીકારે છે એટલે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણા સૌના મનમાં એક જાતનું સ્વદેશાભિમાન પણ એ જાગ્રત કરે છે અને આથી આ દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ[૩] તરફ અંગ્રેજો જેવી

---

૧ ચોપડા કમિટિ રિપોર્ટ, વૉ, ૧, પૃ ૪

૨ રિપોર્ટ ઑફ ધી હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી, વૉ ૧ પૃ ૪૫૫.

૩ ખરી રીતે આ બધી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ વચ્ચે ઘણું મળતાપણું છે–સમાન ધ્યેય છે પરંતુ અંગ્રેજોએ પોતાની ભાગલાની નીતિ અખત્યાર કરેલી એટલે જેટલો બને તેટલો ભેદભાવ જાહેરમાં લાવવા માટે જ તેમનો આ પ્રયત્ન હતો. સરકારે નીમેલી ચોપડા કમિટીએ આ વાતનો પોતાના રિપોર્ટમાં સ્વીકાર કરેલો છે કે અમારે આ 'ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનો' નાછૂટકે જ ઉપયોગ કરવો પડયો છે ખરી વાત તો એ છે કે આ પદ્ધતિઓ બધી સમાન છે–સમાન હેતુંવાળી–સમાનધર્મી છે (વૉ ૧, પૃ ૭)

રૂઢિચુસ્ત પ્રજાનું પણ ધ્યાન ખેંચાયા વિના ન રહ્યું. એ ચતુર લોકોએ હિંદની ૮૦ ટકા પ્રજા ઉપર આ ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનું વર્ચસ્વ જોયું અને તેથી સૌ પ્રથમ એમણે ૧૮૨૭માં કલકત્તાની સરકારી સંસ્કૃત કોલેજમાં આયુર્વેદના વર્ગો શરૂ કર્યા. યુનાની માટે પણ આ જ અરસામાં કલકત્તાની મદ્રેસામાં વર્ગો શરૂ કર્યા. પરંતુ ઈસ્ટ ઇન્ડિયા કંપનીને આ વર્ગોથી સંતોષ ન થતાં, ૧૮૩૩માં નીમેલી એક કમિટીના અભિપ્રાયથી, વર્ગો બંધ કર્યા અને કલકત્તા મેડિકલ કૉલેજ સ્થાપવા ચક્રો ગતિમાન બન્યાં. આમ પશ્ચિમના વૈદ્યકનાં પગરણ હિંદમાં મંડાયાં. પાશ્ચાત્ય વૈદ્યક રાજ્યકર્તાઓનું વૈદ્યક હતું. તેઓની સાથે તેમના પોતાના ઉપયોગ માટે આવેલું હતું. રાજ્ય જે કરે તે તરફ લોકોનું ધ્યાન તરત જ વળે છે અને વળી આ લોકો પાસે શલ્યવિજ્ઞાન (અં. સર્જરી) સારું હતું એટલે જોતજોતામાં આ પાશ્ચિમાત્ય વૈદ્યક અહીં પ્રતિષ્ઠિત થયું. પરંતુ આપણા લોકોમાં સ્વદેશાભિમાન જાગ્રત થતાં, સ્વાભાવિક રીતે જ હિંદના લોકોનું ધ્યાન પોતાના વૈદ્યક તરફ આકર્ષાયું અને ચાલુ સદીની શરૂઆતનાં વર્ષોમાં 'નિખિલ ભારત આયુર્વેદ મહાસંમેલન' જેવી સંસ્થા અસ્તિત્વમાં આવી. આયુર્વેદનું રીતસરનું પઠન-પાઠન, પરીક્ષાઓ વગેરે શરૂ થયાં. અભ્યાસક્રમ ઘડાયો, વિદ્વાનોએ પાઠ્ય પુસ્તકો લખ્યાં, પ્રાચીન સંહિતા ગ્રંથોને નવેસરથી પ્રસિદ્ધ કર્યા અને આ પ્રમાણે નામાવશેષ થવા આવેલ આયુર્વેદ પણ પુનઃ પ્રકાશિત થવા લાગ્યો. આની અસર પ્રાંતિક સરકારો ઉપર થઈ અને ભિન્ન ભિન્ન પ્રાંતોમાં તે માટે સમિતિઓની રચના થવા લાગી

૧૯૧૭માં મદ્રાસ સરકારે પહેલવહેલી ડૉ. કોમાન એકલાની જ સમિતિ નીમી અને આ દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ માટે અભિપ્રાય માગ્યો. ૧૯૨૦માં નાગપુર ખાતે મળેલ 'ઇન્ડિયન નેશનલ કોંગ્રેસે' પણ આ પ્રશ્નમાં રસ લઈ, નીચેનો ઠરાવ પસાર કર્યો: 'આ રાષ્ટ્રિય મહાસભા માને છે કે હિંદના લોકો માટે આયુર્વેદ અને યુનાની

ચિકિત્સાપદ્ધતિઓની અનિવાર્યતા પુરવાર થયેની જ છે એટલે તેના પ્રચાર માટે દેશભરમા શાળા–મહાશાળાઓ સ્થાપવી જોઇએ, ઇસ્પિતાલો સ્થાપવી જોઇએ અને આ પ્રમાણે ચિકિત્સાપદ્ધતિઓને વેગ આપવો જોઇએ ' ૧૯૩૮ની કોગ્રેસની કારોબારી સમિતિએ પણ આ ઠરાવનુ પુન સમર્થન કર્યું હતુ એ પણ અહી યાદ આપવુ ઉચિત છે

૧૯૨૧મા સૌ પ્રથમ મદ્રાસ સરકારે આયુર્વેદ શાસ્ત્રીય છે કે નહિ તે નક્કી કરવા એક વગદાર સમિતિ નીમી સર મહમદઉસ્માન એના પ્રમુખ હતા આ સમિતિના મ ત્રી લેફ્ કર્નલ કેપ્ટન શ્રીનિવાસમૂર્તિએ એવો સુ દર અહેવાલ રજૂ કર્યો કે સૌના મુખમાથી વાહ-વાહના ઉદગારો નીકળ્યા આયુર્વેદ સ પૂર્ણ શાસ્ત્રીય છે એટલુ જ નહિ, આજે પણ તે પાશ્ચાત્ય વૈદ્યક કરતા અનેક દરજ્જે આગળપડતુ વિજ્ઞાન છે એમ સપ્રમાણ સિદ્ધ કરી બતાવ્યુ ડૉ જી શ્રીનિવાસ મૂર્તિનો આ રિપોર્ટ–' ધ સાયન્સ એન્ડ આર્ટ ઓફ ઇન્ડિયન મેડિસિન ' એક અમૂલ્ય રિપોર્ટ છે શ્રીનિવાસમૂર્તિ ઇન્ડિયન મેડિકલ સર્વિસમાથી નિવૃત્ત થયેલ, સ સ્કૃત દર્શનો અને બીજા શાસ્ત્રોના અઠગ અભ્યાસી છે થિયોસોફિકલ સોસાયટીના એ વર્ષો સુધી પ્રમુખ પણ રહેલા છે આ રિપોર્ટ પ્રત્યેક ભારતીય સ તાને વાચવા જેવો છે આપણા દાક્તરોએ તો ખાસ જ આ રિપોર્ટ અભુણુ પથ ઉપર વિજયી પ્રસ્થાન તો છે જ, પર તુ ભારતીય બુદ્ધિપ્રભાનો એક અદ્વિતીય ચમકારો છે અને આયુર્વેદનો પ ચમ વેદ છે, એમ કહુ તો વૈદ્યો મને માફ કરશે એક ઉભયવિદ્યા–નિષ્ણાત દાક્તરનું આ સર્જન છે વૈદ્યો આ રિપોર્ટના ખૂબ જ ઋણી છે અને ચિરકાલ પર્ય ત ઋણી રહેશે અમને તો આ રિપોર્ટ ઘડવા માટે શ્રીનિવાસમૂર્તિ જેવા ઉભયવિદ્ય–પ્રવીણ વિદ્વાન મળ્યા એમા ભગવાનનો જ હાથ દેખાય છે આ રિપોર્ટના પ્રતાપે જ મદ્રાસમા પહેલવહેલી ' ગવર્નમેન્ટ સ્કૂલ ઓફ ઇન્ડિયન મેડિસિન ' સ્થપાઈ અને રીતસર આયુર્વેદના અભ્યાસના ગણેશ બેઠા આયુર્વેદની અસ્મિતા ખીલવવામા આ રિપોર્ટનો ફાળો જેવો તેવો નથી જ

આની અસર ભારતના ભિન્ન ભિન્ન પ્રાંતોમા પણ થઈ ૧૯૨૧-૨૨મા બગાલ સરકારે પણ બે સમિતિઓ નીમી (૧) આયુર્વેદના પુનરુદ્ધાર અને વિકાસ માટે અને (૨) યુનાની વૈદક માટે આ પછી બીજી પ્રાંતિક સરકારોએ પણ આવી સમિતિઓ નીમી અને ગામડાની વૈદ્યક રાહત માટે આયુર્વેદ-યુનાની પદ્ધતિઓનો સ્વીકાર કર્યો એટલુ જ નહિ પણ હિદના ભિન્ન ભિન્ન પ્રાંતોમા-યુ પી, મદ્રાસ, દિલ્હી, બગાલ, મુબઈ અને ઇતર પ્રાંતોમા આયુર્વેદ-યુનાની શાખાઓ સરકારે સ્થાપી ગામડામા સારી વૈદ્યકીય રાહત મળી શકે એ દષ્ટિએ અભ્યાસક્રમ યોજાયો અને આયુર્વેદમા શોધખોળ થવી જોઈએ એ પણ સ્વીકારાયુ પાશ્ચાત્ય વૈદ્યકના ઉત્તમ અશો આયુર્વેદના ખૂટતા અશોમા ઉમેરી, કાર્યક્ષમ ચિકિત્સકો તૈયાર કરવા એ નેમ સરકારે સ્વીકારી અને તદનુસાર શિક્ષણનો પ્રારભ થયો

આ જ અરસામા સરકારને આ ભિન્ન ભિન્ન પ્રાંતોમા ચાલી રહેલ અવનવી પ્રવૃત્તિઓથી નિખિલ ભારતની દષ્ટિએ હિદના આરોગ્યનો પ્રશ્ન ઉકેલવા શુ કરવુ જોઇએ તે વિચારવા ભોર સમિતિની સ્થાપના કરવી પડી ઉપર કહી ગયા છીએ તેમ આ સમિતિનુ નામ 'હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી' છે, પરતુ સર જોસેફ ભોર એના પ્રમુખપદે હતા એથી ટૂકમા એ ભોર-સમિતિ તરીકે ઓળખાય છે આ સમિતિમા કોઈ વૈદ્ય-હકીમ તો હતુ જ નહિ એટલે આ સમિતિના અહેવાલમા આયુર્વેદ-યુનાની પદ્ધતિઓ હિદના આરોગ્યમા પોતાનો ફાળો કેટલો અને કેવી રીતે આપી શકે તે ઉપર મુદ્દલ જ વિચાર કરવામા નથી આવ્યો આ વાતનો અહેવાલમા ઉલ્લેખ પણ છે 'અમારી પાસે પૂરતો સમય નથી, આ વિષયની જાણકારી પણ નથી એટલે અમારા વિચારો આ પ્રાચીન ચિકિત્સા પદ્ધતિઓ ઉપર અમો દર્શાવી શકયા નથી એટલે આ અહેવાલમા અમો કઈ પણ પ્રકાશ નાખી શકયા નથી' ભોર સમિતિના અહેવાલમા

આયુર્વેદ–યુનાની સંબંધી આ મૌને હિંદમાં ઠીકઠીક ઊહાપોહ જગાવ્યો અને તે સખત ટીકાઓને પાત્ર પણ બની. આને પરિણામે શ્રીમતી રુકિમની લક્ષ્મીપતિ–તે વખતના મદ્રાસના આરોગ્યસચિવ–ના સૂચનથી ૧૯૪૬મા મળેલ દિલ્હીની આરોગ્ય પ્રધાનોની સમિતિમા નીચેનો ઠરાવ પસાર થયો.

'(અ) રાષ્ટ્રીય આયોજન સમિતિની સૂચનાનુસાર આ સમિતિ ઠરાવ કરે છે કે: (૧) સ્વસ્થના સ્વાસ્થ્યસંરક્ષણ માટે અને રોગીઓના રોગનિવારણમા આયુર્વેદ અને યુનાની ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનુ સ્થાન નક્કી કરવુ, તે પદ્ધતિઓમા સંશોધનનો આરંભ કરવો, આ દેશના આયોજનમા આ બન્ને પદ્ધતિઓનુ યોગ્ય સ્થાન નક્કી કરવુ.

(બ) આ માટે દરેક પ્રાંતમા શાળા–મહાશાળાઓ સ્થાપવી અને ડિપ્લોમા અને ડિગ્રી અભ્યાસક્રમો શરૂ કરવા.

(ક) અનુસ્નાતક વર્ગો શરૂ કરવા અને દાક્તરોને માટે પણ આવા આયુર્વેદીય અનુસ્નાતક વર્ગો સ્થાપવા

'નૅશનલ પ્લાનિંગ કમિટી–રાષ્ટ્રીય આયોજન સમિતિ–ના ૧૩મા ઠરાવ પ્રમાણે, આ સમિતિ ઠરાવે છે કે સરકારે સ્વાસ્થ્ય–સંગઠનની યોજનાઓમા આ બન્ને ચિકિત્સાપદ્ધતિઓના માણસોનો સમાવેશ કરવો, જરૂર લાગે તો થોડુંક વૈજ્ઞાનિક શિક્ષણ આપીને પણ તેઓ ગામડાના સ્વાસ્થ્યમા સારો ભાગ ભજવી શકે એ પ્રમાણે તૈયાર કરી, તેમનો રાષ્ટ્રિય આયોજનમાં સમાવેશ કરવો

'સમિતિ ઠરાવે છે કે મધ્યસ્થ તથા પ્રાંતીય હેલ્થ કાઉન્સિલોમાં આયુર્વેદ અને યુનાની ચિકિત્સાની સંસ્થાઓને અને વૈદ્ય-હકીમોને સરકારે યોગ્ય પ્રતિનિધિત્વ આપવુ'.'[1]

આ ઠરાવને લઈને જ મધ્યસ્થ સરકારે ચોપડા સમિતિની સ્થાપના કરી. ૧૯૪૬, ડિસેમ્બર ૧૯ને રોજ.

દિલ્હીમા મળેલી આરોગ્ય પ્રધાનોની પરિષદના ઠરાવ પ્રમાણે

૧ ૧૯૩૭ની સેંટ્રલ પ્રોવિન્શિયલ હેલ્થ કૉન્ફરન્સની સમરી અને પ્રોસિડિંગ.

ભારત સરકારે આયુર્વેદ અને યુનાની દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓમાં શોધખોળ (અનુસંધાન) માટે, અભ્યાસ માટે, અને બંને પદ્ધતિઓ કાર્યદૃષ્ટિએ વધુ કાર્યક્ષમ થાય એ માટે આ પદ્ધતિઓની સંપૂર્ણ તપાસ કરવા એક સમિતિ (ચોપડા સમિતિ તરીકે આ સમિતિ ઓળખાય છે) નીમવાનું નિરધાર્યું છે.

'આરોગ્ય પ્રધાન પરિષદના ઠરાવ મુજબ મધ્યસ્થ તેમ જ પ્રાંતીય સરકારોમાં આ પદ્ધતિઓના પદ્ધતિસરના અભ્યાસ–અનુસંધાન માટે તેમ જ વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ આ પદ્ધતિઓનું મૂલ્યાંકન અંકાય એ માટે યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવાનું ઠરાવે છે.

'એટલે આ સમિતિમાં હિંદમાં પ્રવર્તતી સકલ ચિકિત્સા-પદ્ધતિઓ અનુસાર દવા કરવામાં સર્વ ચિકિત્સકોનો સમાવેશ કરવાનો સરકારે નિશ્ચય કર્યો છે. ટૂંક વખતમાં જ સભ્યોનાં નામો જાહેર કરવામાં આવશે. આશા રાખીએ છીએ કે આ સમિતિની ભલામણો સર્વ પ્રાંતીય સરકારોને, આરોગ્ય પ્રધાન પરિષદના ઠરાવ મુજબ, મધ્યસ્થ સરકારમાં જે નીતિ મુકરર થઇ છે તે નીતિ મુજબ કાર્ય કરવામાં ઉપયોગી માર્ગદર્શન કરશે.'

ચોપડા સમિતિ સ્થાપવામાં આવી, પરંતુ ખેદની વાત છે કે આમાં એક પણ દવા કરતા વૈદ્યને લેવામાં આવ્યો ન હતો.

પ્રમુખ તરીકે કર્નલ **સર રામનાથ ચોપડાને** રાખ્યા.

વૈદ્યો :

ડૉ. લક્ષ્મીપથી : બી. એ., એમ. બી. અને સી. એમ. મદ્રાસના આયુર્વેદ કોલેજના પ્રિન્સિપાલ, મદ્રાસની ઇન્ડીજિનસ સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિન બોર્ડના સભ્ય, ૧૯૨૦ થી ૨૮ સુધી.

ડૉ. બાલકૃષ્ણ ચિંતામણ લાગુ :

એ. વી. વી.. એમ એસ. એ. મુંબઇની બોર્ડ ઑફ ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિનના પ્રમુખ.

ડૉ. બાલકૃષ્ણ અમરજી પાઠક : એમ બી. બી. એસ., બનારસ હિંદુ યુનિવર્સિટી આયુર્વેદ કોલેજના પ્રિન્સિપાલ અને યુ. પી. બોર્ડ ઑફ ઇન્ડિયન મેડિસિનના સભ્ય.

હકીમો :

શિફા–ઉલ–મુલ્ક હકીમ હબીબ–ઉર રહેમાન,[1] પ્રિન્સિપાલ તિબ્બિયા કૉલેજ, ઢાકા.

શિફા–ઉલ–મુલ્ક હકીમ મહમુદ હસન કુરેશી, પ્રિન્સિપાલ તિબ્બિયા કૉલેજ, લાહોર.

હકીમ નસીરૂદ્દીન અહમદખાન, જનરલ સેક્રેટરી ઑફ ધી આયુર્વેદિક ઍન્ડ તિબ્બી બોર્ડ, દિલ્હી પ્રાંત.[2]

આટલાં નામો પ્રસિદ્ધ કર્યાં પછી બે દાક્તરો સમિતિ ઉપર લેવાના છે. અને તેમનાં નામો ટૂંક વખતમાં જાહેર કરવામાં આવશે, એમ જાહેર કરવામાં આવ્યું. આ બે દાક્તરો પાછળથી નિમાયા. તેમનાં નામો નીચે મુજબ હતાં :

૧. મેજર એમ. એચ. શાહ, સુપરિન્ટેન્ડન્ટ ઇરવીન હૉસ્પિટલ, દિલ્હી, (આ સજ્જન હાલ પાકિસ્તાનમાં, કરાંચીની જિન્હા સેંટ્રલ હૉસ્પિટલના ચીફ મેડિકલ ઑફિસર છે.)

૨. ડૉ. બી. એન. ઘોષ, પ્રોફેસર ઑફ ફાર્મેકૉલોજી, કાર્માઈકલ મેડિકલ કૉલેજ, કલકત્તા.

આ ઉપરથી વાંચકો જોઇ શકશે કે આ સમિતિ ઉપર ખરી રીતે એક પણ આયુર્વેદ જાણનાર અને આચરનાર વૈદ્ય તરીકે 'પ્રેક્ટિસ' કરનાર એક પણ વૈદ્ય ન હતો. ડૉ. લક્ષ્મીપથી, લાગુ અને પાઠક–આ ત્રણેય આયુર્વેદના અભ્યાસીઓ હતા, આયુર્વેદ માટે પૂરેપૂરી સહાનુભૂતિથી સભર હતા એ વાત ખરી, પરંતુ જાગેલી અસ્મિતામાં વૈદ્યોને આ ખૂબ ખૂંચ્યું, ખૂબ ઉહાપોહ થયો, ઠરાવો થયા અને સમિતિના સભ્ય ડૉ. પાઠકે પણ સરકારને જબરો રેચ આપ્યો. આ બધાના પરિણામે સરકારને છેવટે (૧૯૪૭, ૨૬ મી

૧. સમિતિ કામ કરતી થઇ તે અગાઉ જ આ હકીમનું મૃત્યુ થયું હતું.

૨. વૈદ્યો અને હકીમોની સંખ્યાનું પ્રમાણ જોતાં વૈદ્ય–હકીમોની સંખ્યા એકસરખી રાખવાનું કાંઈ પ્રયોજન ન હતું, પરંતુ અંગ્રેજોની એ ભેદનીતિનું દ્યોતક છે. ખરી રીતે એક જ હકીમ હોવો જોઇતો હતો.

એપ્રિલ) અખિલ ભારતીય પ્રતિષ્ઠાવાળા વૈદ્ય **જાદવજી ત્રિકમજી આચાર્યને** આ સમિતિના સભ્ય તરીકે લેવા પડ્યા હતા. સદ્ગત હકીમને સ્થાને કલકત્તાના હકીમ નિસાર અહમદખાનને નીમવામાં આવ્યા હતા. પરંતુ અહેવાલ જણાવે છે કે આ મહેરબાને કદી એક પણ બેઠકમાં હાજરી આપવાનું સૌજન્ય દર્શાવેલું નહિ.

સમિતિએ સૌ પ્રથમ એક લાંબી પ્રશ્નાવલી પ્રસિદ્ધ કરી. તે સૌ નામાંકિત વૈદ્ય–હકીમ–દાક્તરોને તે મોકલવામાં આવી. પછી આખા હિંદમાં આ સમિતીના સભ્યો ફર્યા, ભિન્ન ભિન્ન સંસ્થાઓ અને માણસોને મળ્યા, જુબાનીઓ લીધી. ચોપડા સમિતીના અહેવાલના બંને ભાગોમાં આ બધું જોવાજાણવા મળે છે. સમિતિએ હિંદના પ્રખ્યાત વૈદ્યો અને દાક્તરોની એક બેઠક પુના ખાતે મેળવી હતી. આ બેઠક ૮ દિવસ લગી ચાલી હતી અને એમાં નીચેના ત્રણ અતિ મહત્ત્વના મુદ્દાઓની સુંદર, માર્મિક સમીક્ષા કરવામાં આવી હતી:

(૧) પંચમહાભૂતો, તેનો અર્થ અને વૈજ્ઞાનિક વિચારણા સાથે મેળ.

(૨) ત્રિદોષ, વર્તમાન ફિઝિયોલોજી,[૧] પેથોલોજી[૨] અને થેરાપ્યુટિક્સ[૩] સાથે તેની સરખામણી અને ત્રિદોષ ઉપર વિશદ વિચારણા.

(૩) આયુર્વેદીય દ્રવ્યગુણશાસ્ત્રમાં અતિ રૂઢ થયેલ **રસ, ગુણ, વીર્ય, વિપાક અને પ્રભાવનો** આધુનિક દ્રવ્યગુણદષ્ટિએ વિચાર.

ચોપડા સમિતિનો અહેવાલ ૧૯૪૮માં પ્રસિદ્ધ થયો. આ અહેવાલની વિવિધ ભલામણોમાંની કેટલીક આ રહી:

૧. પશ્ચિમના અને પૂર્વના ચિકિત્સાવિજ્ઞાનોનું એકીકરણ વા સમન્વય શક્ય જ નહિ કિંતુ વ્યવહારુ પણ છે. આ સમન્વયનું કામ સહેલું નથી. કામ ઘણાં વર્ષો પણ લેશે. પરંતુ આ ધ્યેય સદા દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખવું આવશ્યક છે.

૨. સારાય હિંદમાં આયુર્વેદીય શિક્ષણ એકસરખું રાખવું.

૩. મુખ્ય સ્થળોએ કૉલેજો સ્થાપવી. કૉલેજો ચાલતી હોય

---

૧. ક્રિયા શારીર. ૨. રોગવિજ્ઞાન ૩. સંપ્રાપ્તિ વિજ્ઞાન. ૫ ઔષધગુણશાસ્ત્ર

તેમને સારી ગ્રાન્ટો આપવી. દરેક પ્રાંતમાં ઓછામાં ઓછી એક કૉલેજ સરકારે પોતે ચલાવવી, જેથી બીજી કૉલેજોને તેનું અનુકરણ કરવાની ફરજ પડે.

૪. પ્રવેશની યોગ્યતા ઇન્ટર સાયન્સ, બી ગ્રુપ.

૫. અભ્યાસક્રમ પાંચ વર્ષનો.

૬. અર્વાચીન વિષયોનો સમાવેશ: આયુર્વેદમાં જે જે અંશો ખૂટતા હોય ત્યાં ત્યાં અર્વાચીન વિષયોથી તેની પૂરવણી કરવી.

૭. અધ્યાપકોને સારા પગારો આપવા. ખાનગી 'પ્રૅક્ટિસ'ની છૂટ તેમને ન આપવી. પોતાનો બધો જ સમય તેઓ સંસ્થા પાછળ ગાળે એટલા ખાતર સારા મોટા પગારો રાખવા. એક શિક્ષક અનેક વિષયો ભણાવે છે તેમ નહિ, પરંતુ પ્રત્યેક વિષયવાર નોખા નોખા અધ્યાપકો રાખવા. અધ્યાપકોની ખામી છે એટલે તે માટે પૂરી જોગવાઈ કરવી. પ્રાચીન અને અર્વાચીન ઉભયવિદ્યાપ્રવીણ વિદ્યાર્થીઓ તૈયાર થાય એવો અભ્યાસક્રમ દોરવો અને નિખિલ ભારતમાં એક જ સરખું ધોરણ રાખવું.

૮. વર્તમાન મેડિકલ કૉલેજો, જ્યાં પાશ્ચાત્ય ચિકિત્સાવિજ્ઞાન ભણાવાય છે ત્યાં, આયુર્વેદની ખુરસીઓ સ્થાપવી, અને સ્નાતકોત્તર પરીક્ષામાં આયુર્વેદનો સમાવેશ કરવો.

૯. અનુસંધાન (સંશોધન ઞ રિસર્ચ)ને વેગ આપવો. સહાનુભૂતિવાળા દાક્તરો અને વૈદ્યોનો સહકાર આવાં કામોમાં આવશ્યક છે.

૧૦. દરેક રાજ્યમાં આયુર્વેદિક ડિરેક્ટરોની નિમણૂકો કરવી અને ઍલોપથીથી ભિન્ન આયુર્વેદની દોરવણી એમને સોંપવી.

૧૧. એક કેંદ્રીય આયુર્વેદિક સંશોધન સંસ્થા સ્થાપવી અને અનુસંધાન શરૂ કરવું.

અહેવાલ પ્રસિદ્ધ થયા પછી આપણી મધ્યસ્થ સરકારે તેને અભરાઈએ ચઢાવ્યો. અહેવાલની ભલામણો ખરેખર આયુર્વેદને ઉપકારી છે, તેના વિકાસમાં સહાયક છે. મધ્યસ્થ સરકાર પાસે આયુર્વેદની દૃષ્ટિ નથી એટલે મધ્યસ્થ સરકારના વડા અમલદારોએ

આ ભલામણોને અભરાઈએ ચઢાવી. આ માટે પણ જબરજસ્ત ઊહાપોહ થયો અને મધ્યસ્થ સરકારે આ સમિતિની ભલામણ મુજબ જામનગરમાં મધ્યસ્થ સંશોધન (સેંટ્રલ રિસર્ચ ઈન્સ્ટીટ્યુટ)ની સ્થાપના કરી. સમિતિની ભલામણ મુજબ હવે ત્યાં કામ ચાલી રહ્યું છે. બધા પ્રાંતો ગતિમાન બન્યા છે અને કેટલેક ઠેકાણે આયુર્વેદિક ડિરેક્ટરોની નિમણૂક થઈ છે, આયુર્વેદની સંસ્થાઓ સંબંધી મધ્યસ્થ સરકારનું વલણ સમજવામાં આવતું નથી, કારણ કે હજી તો મેડિકલ કૉલેજો જ સ્થાપવાની વાતો ચાલે છે, આયુર્વેદ માટે ક્યાંયે વિચાર સરખો થતો નથી. તેમ અંદાજપત્રમાં પણ આયુર્વેદ માટે જુદું ખર્ચ જાણ્યામાં આવતું નથી. પ્રાંતો અને કેંદ્ર વચ્ચે કશો જ મેળ લાગતો નથી. રાજકુમારી અમૃતકૌર પ્રમાણિકપણે માને છે કે આંતરરાષ્ટ્રિય પરિસ્થિતિનો વિચાર કરતાં હિંદમાં ફક્ત એકજ વૈજ્ઞાનિક ચિકિત્સાપદ્ધતિ એલોપથી છે અને હોવી જોઇએ. અર્થાત્ વર્તમાન દાકતરી વિદ્યા છે એ જ હિંદે સ્વીકારવી જોઈએ. કોઈ બીજી 'પથી' માટે અવકાશ જ નથી. હા, આયુર્વેદમાં શોધખોળની જરૂર સરકાર સ્વીકારે છે અને તે પ્રમાણે ભિન્નભિન્ન સ્થળોએ આયુર્વેદનું અનુસંધાન થાય એ ઇષ્ટ પણ ગણે છે, પરંતુ હાલ જે મિશ્ર પદ્ધતિએ આયુર્વેદિક કૉલેજો ચાલે છે તે તેમને માન્ય નથી એમ અમારૂં માનવું છે. અભ્યાસનું ધોરણ એમ. બી. બી. એસ. કરતાં જરા પણ ઓછું ન જ હોવું જોઇએ. એમ. બી. બી. એસ. થી ઓછું સ્વીકારવા તૈયાર નથી. પં. જવાહરલાલ નહેરુ પણ આ જ મતના લાગે છે. એટલે આજે તો કેંદ્ર અને પ્રાંતો વચ્ચે કોઈ જાતનો સુમેળ જણાતો નથી. શું થાય છે તે જોવાનું રહે છે.

આપણા મુંબઈ રાજ્યમાં પણ ૧૯૪૭–૪૮ માં સરકાર 'ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી,' જે સાધારણ રીતે તેના પ્રમુખ ડૉક્ટર ચોધના નામ ઉપરથી ચોધ સમિતિ નામે ઓળખાય છે તે સ્થાપી. આ સમિતિ પણ સારા હિંદમાં ફરી હતી,

બધી આયુર્વેદિક સંસ્થાઓનું નિરીક્ષણ કર્યું હતું અને એનો અહેવાલ પ્રસિદ્ધ થયો છે ડૉ યોધ ઇન્ડિયન મેડિસિન બોર્ડ ' અને ' ફેકલ્ટી ના પણ પ્રમુખ હોનાથી તેમણે પોતાની સમિતિના સૂચનોનો અમલ તરત જ કર્યો પરિણામે ૧૯૫૫થી મુબઈ પ્રાતની આયુર્વેદિક કૉલેજોમા ડિપ્લોમા કોર્સ–મેટ્રિક પછી ચાર વર્ષનો કોર્સ–હતો તે બધ કરી ડિગ્રી કોર્સ–ઇન્ટર સાયન્સ અને તે પછી સાડાચાર વર્ષનો કોર્સ–દાખલ કર્યો છે સાગી કોલેજોનુ અપગ્રેડિંગ–ઉચ્ચ ધોરણ સમિતિ ઇચ્છે છે હિંદમા પ્રત્યેક ચિકિત્સાપદ્ધતિના સ્નાતકોનુ ધોરણ એક જ સરખું સરકારે માન્ય કરવુ જોઈએ આવી સુદર ભલામણ આ સમિતિએ કરી છે આયુર્વેદિક કૉલેજોમા હવે ઇન્ટર સાયન્સ વિદ્યાર્થીઓ મોટી સખ્યામા આવે છે અને એમ બી બી એસ પેઠે સાડાચાર વર્ષનો અભ્યાસક્રમ છે એનેટોમી ફિઝિયોલોજી પેથોલોજી જેવા પાયાના (બેઝિક) વિષયો આયુર્વેદ કૉલેજોના છાત્રો ભણે છે આ સમિતિ માને છે કે પાયાના વિષયો બધે એકસરખા રાખવા પછી દવાદારૂનુ કામ આવે ત્યા દરેક પથીને દવાદારૂ પોતાની 'પથી' પ્રમાણે કરવાની સપૂર્ણ છૂટ હોવી જોઈએ પ્રત્યેક સ્નાતક–પછી તે ગમે તે પથીનો કા ન હોય, પણ આ મૌલિક વિષયોનો જાણકાર હોય તો પછી તેની અને એમ બી બી એસ ની વચ્ચે કોઈ પણ જાતનુ અતર ન જ હોવુ જોઇએ ચોપડા સમિતિની ઘણીખરી ભલામણો સાથે યોધ સમિતિ પણ સહમત છે

ચોપડા સમિતિ એ પહેલવહેલી જ મધ્યસ્થ સરકારદ્વારા સ્થપાયેલી સમિતિ છે પરતુ આજ સુધીમા આપણી રાજ્ય સરકારોએ ઘણી સમિતિઓ નીમેલી છે અને ચોપડા સમિતિએ પોતાની આ પુરોગામી સમિતિઓની ભલામણો પણ બરાબર લક્ષમા લીધેલી છે નીચે આ સમિતિઓના નામો આપવામા આવે છે

(૧) બગાળમા સ્થપાયેલી આયુર્વેદિક અને યુનાની પદ્ધતિઓની સમિતિ, ૧૮૨૧ ઑગસ્ટ

(૨) મદ્રાસ સરકારે સ્થાપેલી ઇન્ડીજનસ સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિન, ૧૯૨૧ ઑકટોબર.

(૩) સંયુક્ત પ્રાંતોએ આયુર્વેદિક અને યુનાની પદ્ધતિની સમિતિ સ્થાપી ૧૯૨૫માં.

(૪) સિલોનમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજિનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૨૬માં.

(૫) બ્રહ્મદેશમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૨૮માં.

(૬) મધ્ય પ્રાંત-બિરારમાં ઇન્ડીજિનસ સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિન માટેની તપાસ સમિતિની સ્થાપના ૧૯૩૭મા.

(૭) પંજાબમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજિનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૩૮માં.

(૮) મૈસુર રાજ્યમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજિનસ સિસ્ટમ ઑફ મેડિસિન કમિટી ૧૯૪૨માં.

(૯) ઉત્કલ આયુર્વેદિક સમિતિ ઓરિસા સ્થાપના ૧૯૪૬માં.

(૧૦) ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઑફ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી મુંબઇ, સ્થાપના ૧૯૪૭માં.

(૧૧) આસામમાં સ્થપાયેલી આયુર્વેદિક ઉત્કર્ષ સમિતિ, ૧૯૪૭.

હિંદના ભાગલા પડ્યા તે પહેલાં બ્રહ્મદેશ હિંદનો જ ભાગ ગણાતો હતો એટલે બ્રહ્મદેશનો અહીં ઉલ્લેખ છે. સિલોન હિંદનું પડોશી હોઇ, તેની સમિતિનું કામ આપણા કામને મળતું હોઇ, તેને અહીં સ્થાન આપવામા આવેલું છે.

આરોગ્ય પ્રધાનપરિષદો દર વર્ષે ભરવામાં આવે છે. આ પરિષદો હવે મધ્યસ્થ આરોગ્ય સમિતિ 'સેંટ્રલ કાઉન્સિલ ઑફ હેલ્થ' નામે ઓળખાય છે. હમણાં આ કાઉન્સિલે ત્રિવેન્દ્રમ્ ખાતે મળેલ (જાન્યુઆરી ૧૯૫૫ તા. ૨૩-૨૫) પોતાની ત્રીજી બેઠકમાં આયુર્વેદના શિક્ષણને અખિલ ભારતીય ધોરણે રાખવા માટે તેમજ વૈદો હકીમો અને હોમિયોપથો બધાના વ્યવસાયને પણ નિખિલ ભારત ભૂમિકા ઉપર કઇ રીતે મૂકવો-તેનો અભ્યાસ કરી અહેવાલ આપ

માટે એક વગદાર સમિતિ નીમી છે, એના ચેરમેન સૌરાષ્ટ્રના આરોગ્ય પ્રધાન શ્રી દયાશંકર દવે છે એટલે સામાન્ય રીતે એ 'દવે સમિતિ' તરીકે ઓળખાય છે. આ દવે સમિતિએ તાજેતરમાં જ ૪૬ પ્રશ્નોની એક પ્રશ્નાવલી બહાર પાડી તે રાજ્યો, આયુર્વેદ. યૂનાની અને હોમિયોપથીની શિક્ષણસંસ્થાઓ, શિક્ષણસંસ્થાઓ સાથે સંયોજિત ઇસ્પિતાલો, વ્યવસાય વર્ગની સંસ્થાઓના કેટલાક ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓ, કેટલીક નામાંકિત વ્યક્તિઓ વગેરેને મોકલી છે. એના ઉપરથી અખિલ ભારત આયુર્વેદિક અભ્યાસક્રમ ઘડાશે. અખિલ ભારત દૃષ્ટિએ વ્યવસાય કરવાનાં ધારાધોરણો, વિચાર નીતિસંહિતાઓ વગેરે ઘડાશે અને તેની ઉપર સરકાર ભારત કરશે. દવે સમિતિમા કલકત્તાના વડાપ્રધાન અને નિખિલ પ્રતિષ્ઠાવાળા ડો. બિધનચંદ્ર રોય જેવા દાક્તર છે. મુંબઈના આરોગ્યપ્રધાન શ્રી શાંતિલાલભાઇ છે. જામનગરના મધ્યસ્થ સંશોધન મંડળના ડિરેક્ટર ડો. પ્રાણજીવનદાસ મહેતા છે. મધ્યસ્થ સરકારના આરોગ્ય પ્રધાન અને તેમના ઉચ્ચ અધિકારીઓની આયુર્વેદ તરફની નીતિ તો જાણીતી છે જ. આ સમિતિની ભલામણો સાથે તે કેટલે અંશે સુસંગત થશે એ બધું હવે જોવાનું રહેશે. શુદ્ધ, મિશ્રના નાદોથી આયુર્વેદ જગત આજે કલુષિત થયું છે, તેવે વખતે આ દવે સમિતિ તટસ્થ રીતે, કાળબળ વગેરે લક્ષ્યમાં લઇ પોતાનો પૂર્વગ્રહમુક્ત એવો અભિપ્રાય આપી આયુર્વેદને નિખિલ ભારત ભૂમિકા ઉપર પ્રતિષ્ઠિત કરે.

આયુર્વેદનો પ્રશ્ન સૌની આંખોએ ચઢ્યો છે એ આનંદદાયક છે જ. સમય કટોકટીનો છે. વૈદ્યોમાં એકતા નથી, અહમહમિકા ખૂબ છે, આયુર્વેદ કરતાં પોતાના વ્યક્તિત્વ તરફ વધુ મમત્વ છે, રાજકીય રમતોમાં રસ છે, એટલે આયુર્વેદનો કેસ જો બગડશે તો તે પાપના ભાગીદારો વૈદ્યો પોતેજ હશે. પારકાનાં રાઈ જેવાં છિદ્રો જોવા કરતાં પોતાના બિલ્વમાત્ર દોષો જોવામાં જો વૈદ્યસમાજ દત્તચિત્ત થશે તો વૈદ્યોનું ભવિષ્ય ઉજ્વળ છે.